

デイケアひまわり

2017年11月デイケア新聞

＜発行元＞
大宮すずのきクリニック
デイケアひまわり

さいたま市北区東大成町2-251
☎090-5803-9793

ブログ: <http://www.omiya-suzunoki.net/blog/>
ブログQRコード⇒

★新聞の送付について★
3ヶ月間参加が無い方は利用方法の見直しが必要となります。
そのため、未参加期間が3ヶ月を超えた方には新聞の送付を中止させていただきます。ご了承頂きますようお願い致します。

11月のプログラム

★ラジオ体操…毎日9:30～／14:40～ ★毎月15日…今月お誕生日の方にバースデーカードを差し上げています！

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
AM			太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	文化の日	アート① 10:30～11:30 (第2フロア)
PM			茶話会 13:30～14:15 (フロア)	ウォーキング 13:00～14:30 (フロア)		ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	6	7	8	9	10	11
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	卓球 10:30～11:00 (フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	デイケアミーティング 13:30～ (フロア)	バスケットボール 13:30～14:15 (体育館)	茶話会 13:30～14:15 (フロア)		勉強会① 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア
	13	14	15	16	17	18
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	卓球 10:30～11:00 (フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	茶話会 13:30～14:15 (フロア)	バドミントン 13:00～14:30 (体育館)	みんなでアート 13:30～14:30 (フロア)	勉強会② 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア
	20	21	22	23	24	25
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	カラオケ 9:30～ (第2フロア)	勤労感謝の日	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)	アート④ 10:30～11:30 (第2フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	★院外活動★ 詳細はポスター参照		勉強会③ 13:45～14:30 ルーキー:第2フロア エキスパート:フロア	習字 13:00～14:30 (フロア)
	27	28	29	30		
AM	アロマセラピー～クラフト～ 10:30～11:15 (フロア)	フラワー 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)	カラオケ 9:30～11:30 (第2フロア)	卓球 10:30～11:00 (フロア)	
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST 13:30～14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	茶話会(洋菓子) 13:00～14:15 (フロア)	★イベント★ スポーツ 交流会	みんなでアート 13:30～14:30 (フロア)	

＜備考＞

- ・各種イベントやプログラムの詳細は新聞内容、ポスターをご確認ください。
- ・体育館スポーツ…体育館シューズをご持参ください。
- ・フラワー…事前予約者のみ、当日グリーンの花材を配布致します。ホワイトボードの予約表にお名前をご記入ください。
- ・院外活動…お弁当が出る際は持ち運び用の袋のご持参をお願いしております。

持ち物	各プログラムテーマ				
＜フラワー＞ 花を持ち帰る袋 ＜ソフトバレエ／バドミントン＞ 体育館シューズ ＜院外活動＞ お弁当を持ち運び用の袋	＜アート＞ ①イメージ画 ②塗り絵 ③未定 ④未定	＜ルーキー＞ ①食生活を管理しよう1 ②食生活を管理しよう2 ③食生活を管理しよう3	＜勉強会＞ 【エキスパート】 ①アサーション1 ②アサーション2 ③アサーション3	＜SST(集団)＞ 14日／21日 「不愉快な気持ちを伝える」 28日「まとめ」	＜健活サークル＞ 10日:冬に向けた睡眠の工夫 17日:ウォーキング 24日:まとめ
表の見方	緑:運動プログラム	黄:創作プログラム	オレンジ:交流活動	ピンク:勉強プログラム	白:その他