デイケアひまわり

2018年2月デイケア新聞

<CONTENTS>
・ひまわりイベント情報

<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ヶ月超えた方には新聞の送付を中止させて頂きます。ご了承頂きますようお願い致します。

2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
AM				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)		アート① 10:30～11:30 (第2フロア)
PM				ペタンク 13:30～14:30 (フロア)		健活サークル① 13:00～13:30 (第2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	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	5	6	7	8		9		10
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)	みんなでアート 10:30～11:30 (フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート② 10:30～11:30 (第2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)	茶話会 13:30～14:15 (フロア)	ウォーキング（三橋総合公園） 13:00～14:30 (フロア集合)		健活サークル② 13:00～13:30 (第2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	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	12	13	14	15		16		17
AM	建国記念日 振替休日	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)	みんなでアート 10:30～11:30 (フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート③ 10:30～11:30 (第2フロア)
PM		SST① 13:30～14:30 個別：第2フロア 集団：フロア	茶話会 バレンタインを楽しもう♪ 13:30～14:15 (フロア)	ミニゲーム 13:30～14:30 (フロア)		健活サークル③ 13:00～13:30 (第2フロア)	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	ペン字 13:00～14:30 (フロア)
	19	20	21	22		23		24
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)	みんなでアート 10:30～11:30 (フロア)	ヨガ 10:15～11:15 (フロア)		アート④ ひな祭り花器作り 10:30～11:30 (第2フロア)
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST② 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)	院外活動 ～鉄道博物館～		健活サークル④ 13:00～13:30 (第2フロア)	勉強会④ 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)
	26	27	28					
AM	アロマセラピー 10:30～11:15 (フロア)	フラワー ～ひな祭りアレンジ～ 10:15～11:15 (フロア)	太極拳 10:30～11:30 (フロア)					
PM	エアロビクス 13:00～14:00 (フロア)	SST③ 13:30～14:30 個別：第2フロア 集団：フロア	楽しみ食 ～メニュー未定～ 12:45～14:30 (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				
	<アート>	<勉強会>		<SST(集団)>	<健活サークル>
<フラワー> 花を持ち帰る袋 <ソフトバレー/バドミントン> 体育館シューズ <院外活動> お弁当持ち運び用の袋	①塗り絵 ②コラージュ ③春のスノードーム作り ④ひな祭り花器作り	【ルーキー】 ①スケジュールをたてよう1 ②スケジュールをたてよう2 ③スケジュールをたてよう3 ④まとめ	【エキスパート】 ①自分を知る ②聞き方・伝え方 ③情報を組み立てる ④コンセンサス	①頼みごとをする ②③他人の話に耳を傾ける	①糖尿病と有酸素運動 ②糖尿病を知ろう2 ③ウォーキング ④生活習慣について ～食事編～

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