



2019年3月デイケア新聞

<CONTENTS>  
 ・ひまわりイベント情報  
 ・重要なお知らせ

<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。  
 2018年7月より郵送ではなく原則、手渡しでの受け取りとなっております。(デイケア内でのアンケートの結果)

3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
AM					ヨガ 10:15~11:15 (フロア)	アート① 10:15~11:30 (フロア)
PM					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
	4	5	6	7	8	9
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)	ひまわり 農園 10:30~	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& SSTアンケート 13:30~ (フロア)	茶話会 13:30~14:15 (フロア)	ウォーキン グ 13:00~ (二階)	みんなでアート 13:30~ 14:30 (フロア)	健活サークル② 13:00~13:30 (第2フロア)
	11	12	13	14	15	16
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)	ひまわり 農園 10:30~	ヨガ 10:15~11:15 (フロア)
PM	エアロビクス 13:00~14:00 (フロア)	SST① 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~ (体育館)	みんなでアート 13:30~ 14:30 (フロア)	健活サークル③ 13:00~13:30 (第2フロア)
	18	19	20	21	22	23
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)	春分の日		ヨガ 10:15~11:15 (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)			健活サークル④ 13:00~13:30 (第2フロア)
	25	26	27	28	29	30
AM	アロマセラピー ~クラブ~ 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)	SST③ 13:30~14:30 個別:第2フロア 集団:フロア	楽しみ食 ~桜餅作り~ 12:45~14:30 (フロア)	ベタンク 13:30~ (フロア)		院外活動 ~お花見~

- <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	<アート> ①ひな祭りのぬり絵 ②プラバン	[ルーキー] ①~④	<勉強会> 【エキスパート】 ①~④	<SST(集団)> 未定です。 詳細はポスターをご確認ください。	<健活サークル> ①楽しく体を動かそう! ②ウォーキング ③ダイエット座談会 ④まとめ
<ソフトバレー/バドミントン> 体育館シューズ	③イメージ画 ④未定 ⑤カラージュ	スケジュールをたてよう!	デイケアひまわりについてみんなで掘り下げよう!		
<院外活動> お弁当持ち運び用の袋					

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
------	-----------	-----------	-----------	-----------------	-------