

		2019年12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
--	--	---	--

★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)



ブログ: <http://www.omiya-suzunoki.net/blog/>

12月のプログラム

★ラジオ体操…毎日9:45～／15:10～

★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 12月2日	火 12月3日	水 4	木 5	金 6	土 7
AM	アロマセラピー 10:30～11:15	音楽サークル 10:30～11:30	お手軽食 10:30～11:30	太極拳 10:30～11:30	カラオケ 9:50～11:30	ひまわり農園 10:30～
PM	エアロビクス 12:50～13:50	デイケアミーティング 13:30～	フラワー 13:30～14:45	バトミントン 13:00～15:00	みんなでアート クリスマス会準備！ 13:30～14:45	健康活動① 12:50～13:20
	避難訓練 14:00～	茶話会 14:15～15:00			勉強会① 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45
	9	10	11	12	13	14
AM	アロマセラピー 10:30～11:15	音楽サークル 10:30～11:30	卓球 10:30～11:30	太極拳 10:30～11:30	カラオケ 9:50～11:30	みんなでアート 10:30～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00	SST① 13:30～14:45	折り紙 14:30～15:00	フラワー 13:30～14:45	バトミントン 13:00～15:00	室内ゲーム 13:30～15:00
	茶話会 14:15～15:00				健康活動② 13:15～13:45	勉強会② 14:00～15:00
						ペン字 13:00～14:45
	16	17	18	19	20	21
AM	アロマセラピー 10:30～11:15	音楽サークル 10:30～11:30	お手軽食 10:15～11:30	太極拳 10:30～11:30	カラオケ 9:50～11:30	ひまわり農園 10:30～
PM	エアロビクス 13:00～14:00	SST② 13:30～14:45	フラワー 13:30～14:45	ウォーキング 大宮第三 13:30～15:00	クリスマス会準備 13:30～	クリスマス会
	茶話会 14:15～15:00					書道 13:00～14:45
	23	24	25	26	27	28
AM	アロマクラフト 10:30～11:15	フラワーイベント 10:15～11:30	太極拳 10:30～11:30	カラオケ 9:50～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ヨガ 10:15～11:15
PM	エアロビクス 13:00～14:00	SST③ 13:15～14:30	折り紙 14:00～15:00	楽しみ食 13:00～15:00	年忘れ歌合戦 13:00～	健康活動③ 13:15～13:45
	茶話会 14:15～15:00	合唱発表 14:40～				勉強会③ 14:00～15:00
						忘年会 13:30～14:30
	30	31				
AM	1年お疲れさまでした！来年も宜しくお願い致します。					
PM	デイケアは12月29日(日)～1月3日(金)までお休みです。 新年は2020年1月4日(土)よりスタートです！					

＜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。

・スポーツ…体育館シューズ、飲み物、帽子をご持参ください。

・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。

・エアロビ…動きやすい服装・靴でご参加ください。

・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クリスマス会ポスター作り ②ぬり絵 ③アルミ缶アート	<ルーキー> ①デイケアってどんな場所？社会資源 ②心の病気 ③薬について	<勉強会> 【エクスパート】 ①クリスマス会スローガン決め＆お菓子サミット ②お菓子サミット ③年末年始の過ごし方	<SST(集団)> 会話の加わり方	<健活サークル> ①磯崎先生による運動講座 ②ウォーキング ③ウォーキング
<バトミントン> 体育館シューズ					

表の見方	黄緑：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
------	------------	-----------	-----------	-------------	-------

