



デイケアひまわり 	2020年6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/
--	---	--	--

6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 6月1日	火 6月2日	水 3	木 4	金 5	土 6		
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	ひまわり農園 10:30～	ヨガ 10:15～11:15	アート① 10:15～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	デイケアミーティング 13:30～ ウォーキング 14:15～	フラワー 13:30～14:45	ウォーキング 13:30～ 14:30	みんなでアート 13:30～ 14:45	健康活動① 13:15～13:45 勉強会① 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45	
	8	9	10	11	12	13		
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	ウォーキング 10:30～ 11:30	ヨガ 10:15～11:15	アート② 10:15～11:30	
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	SST① 13:30～ 14:45	折り紙 14:30～ 15:00	フラワー 13:30～14:45	※カラオケ 9:50～11:30	みんなでアート 13:30～ 14:45	健康活動② 13:15～13:45 勉強会② 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45
	15	16	17	18	19	20		
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～	ヨガ 10:15～11:15	アートイベント③ 10:15～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	SST② 13:30～14:45	フラワー 13:30～14:45	ウォーキング 13:30～ 14:30	健康活動③ 13:15～13:45 勉強会③ 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45		
	22	23	24	25	26	27		
AM	アロマセラピー 10:30～11:15	フラワー 10:15～11:30	太極拳 10:30～11:30	ウォーキング 10:30～ 11:30	ヨガ 10:15～11:15	アート④ 10:15～11:30		
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	SST③ 13:30～ 14:45	折り紙 14:00～ 15:00	※楽しみ食 13:00～15:00	※カラオケ 9:50～11:30	みんなでアート 13:30～ 14:45	健康活動④ 13:15～13:45 勉強会④ 14:00～15:00	書道 13:00～14:45
	29	30	※のプログラムは中止になる可能性があります 音楽サークル、ペン字は再開します					
AM	アロマクラフト 10:30～11:15	音楽サークル 10:30～11:30	※お手軽食 10:15～11:30					
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	SST④ 13:30～14:45						

＜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。
- ・ウォーキング…歩きやすい靴、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します。ホワイトボードの予約表に名前をご記入下さい。
- ・エアロビ…動きやすい服装・靴でご参加ください。
- ・新型コロナ感染予防のため、体調管理表の記入(日々の体温や症状確認)のご協力をお願いします。

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コラージュ ②イメージ画 ③オリジナル傘作り ④ぬりえ	【ルーキー】 ①デイケアとは？ ②社会資源について ③薬について ④心の病気について	<勉強会> 【エキスパート】 衛生月間 ①歯磨きについて ②手洗いについて ③身だしなみについて ④熱中症について	<SST(集団)> ①～③頼みごとをする・断る ④まとめ	<健活サークル> ①ウォーキング ②ウォーキング ③ウォーキング ④磯崎先生による運動講座

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