

<b>デイケアひまわり</b> 	2020年5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/>

### 5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	火	水	木	金	土		
AM					ヨガ 10:15～11:15	アート① 10:15～11:30		
PM	※のプログラムは中止になる可能性があります。				健康活動① 13:15～13:45 勉強会① 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45		
	4	5	6	7	8	9		
AM	GWのためお休みです			※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② 10:15～11:30	
PM	GWのためお休みです			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② 13:15～13:45 勉強会② 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45	
	11	12	13	14	15	16		
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	ヨガ 10:15～11:15	アート③ 10:15～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:15～15:00	デイケアミーティング 13:30～ ウォーキング 14:30～	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		
	18	19	20	21	22	23		
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～	ヨガ 10:15～11:15	アートイベント④ 10:15～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:15～15:00	SST① 13:30～14:45	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④ 13:15～13:45 勉強会④ 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45	
	25	26	27	28	29	30		
AM	アロマクラフト 10:30～11:15	フラワー 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	アート⑤ 10:15～11:30	
PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:15～15:00	SST② 13:30～14:45 折り紙 14:00～15:00	※楽しみ食 13:00～15:00	ウォーキング 13:30～14:30	健康活動⑤ 13:15～13:45 勉強会⑤ 14:00～15:00	書道 13:00～14:45		

#### <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イメージ画 ②・③プラバン&ぬりえ ④アートイベント ⑤スクラッチアート	【ルーキー】 ①連休の過ごし方 ②デイケアとは？ ③社会資源について ④心の病気について ⑤薬について	<勉強会> 【エキスパート】 ①連休の過ごし方 ②③プログラム紹介を作ろう ④⑤ひまわり検定	<SST(集団)> 会話を終える	<健活サークル> ①ウォーキング ②磯崎先生による運動講座 ③ウォーキング ④ウォーキング ⑤ウォーキング

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