



<b>デイケアひまわり</b> 	<b>2020年9月デイケア新聞</b> <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: <a href="http://www.omiya-suzunoki.net/blog/">http://www.omiya-suzunoki.net/blog/</a>
---	---	--	--

### 9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！

		火 9月7日		水 2	木 3	金 4	土 5		
AM		音楽サークル 10:30～11:30	卓球 10:30～11:30	動画DEエクササイズ 10:30～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:30～	ヨガ 10:00～11:15	アート① 10:15～11:30	
	PM	デイケアミーティング 13:30～ ご当地支援～埼玉編～		フラワー 13:30～14:45	ペタンク 13:30～14:30	健康活動① 13:15～13:45 勉強会① 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45		
		7		9	10	11	12		
AM		アロマセラピー 10:30～11:15	音楽サークル 10:30～11:30	健康測定 10:30～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ヨガ 10:00～11:15	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	ミニゲーム 13:30～14:30	健康活動② 13:00～13:45 勉強会② 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45		
		14		16	17	18	19		
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	ウォーキング 10:30～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:30～	ヨガ 10:00～11:15	アート③ 10:15～11:30
	PM	エアロビクス 13:00～14:00 茶話会 14:30～15:00	SST② 13:30～14:45	フラワー 13:30～14:45	ペタンク 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		
		21		23	24	25	26		
AM		敬老の日		秋分の日	敬老会 10:30～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ヨガ 10:00～11:15	アートイベント④ 10:15～11:30	
	PM			フラワー 13:30～14:45	ミニゲーム 13:30～14:30	健康活動④ 13:00～13:45 勉強会④ 14:00～15:00	書道 13:00～14:45		
		28		30					
AM		アロマクラフト 10:30～11:15	園芸クラフト 10:30～11:30	ウォーキング 10:30～11:30					
	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	フラワー 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…予約制です。ホワイトボードの予約表に名前をご記入下さい。当日参加の場合はキャンセル待ちになります。持ち帰り用の袋をご持参ください。
- ・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スクラッチアート ③カラージュ ④イベント:シーグラス着置き	【ルーキー】 ①デイケアとは? ②社会資源について ③心の病気について ④薬について	<勉強会> 【エキスパート】 集中心力を磨こう!!	<健活サークル> ①高脂血症について ②磯崎先生による運動講座 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
------	------------	-----------	-----------	-------------	-------