

デイケアひまわり 	2021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		
						5月1日		
AM						アート① 10:15～11:30		
PM						ペン字 13:00～14:45		
	3	4	5	6	7	8		
AM	GWのためお休みです			みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:30～	ヨガ 10:00～11:30	アート② 10:15～11:30	
PM				ウォーキング(大宮第三) 13:30～ 15:00	ウォーキング 13:15～13:45	勉強会① 14:00～15:00	ペン字 13:00～14:45	
	10	11	12	13	14	15		
AM	アロマセラピー 10:30～11:30	音楽サークル 10:30～11:30	卓球 10:30～11:30	すう～トレッチ 10:15～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ヨガ 10:00～11:30	アート③ 10:15～11:30	
PM	エアロビクス 13:00～14:00	デイケアミーティング 13:30～		フラワー 13:30～14:45	ウォーキング(三橋) 13:30～ 15:00	ゆるらくエクササイズ 13:00～13:45	ペン字 13:00～14:45	
	茶話会 14:30～15:00	健康測定 (体組成、血圧、片脚立ち) 14:00～15:00				勉強会② 14:00～15:00		
	17	18	19	20	21	22		
AM	アロマセラピー 10:30～11:30	音楽サークル 10:30～11:30	おえかきサークル 10:30～11:30	すう～トレッチ 10:15～11:30	みんなでアート 10:30～11:30	ひまわり農園 10:30～	ヨガ 10:00～11:30	アート④ イベント 10:15～11:30
PM	エアロビクス 13:00～14:00	SST① 13:30～14:45		フラワー 13:30～14:45	バドミントン 13:00～ 15:00		ブラザノース ハープリサイタル 13:00～	ペン字 13:00～14:45
	茶話会 14:30～15:00							
	24	25	26	27	28	29		
AM	アロマセラピー 10:30～11:30	音楽サークル 10:30～11:30	卓球 10:30～11:30	すう～トレッチ 10:15～11:30	園芸クラフト 10:30～11:30	ヨガ 10:00～11:30	アート⑤ 10:15～11:30	
PM	エアロビクス 13:00～14:00	SST② 13:30～ 14:45	折り紙 14:00～ 15:00	フラワー 13:30～14:45	ウォーキング(大宮第三) 13:30～ 15:00	ゆるらくエクササイズ 13:00～13:45	勉強会③ 14:00～15:00	書道 13:00～14:45
	茶話会 14:30～15:00							
	31							
AM	アロマクラフト 10:30～11:30	＜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。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。必要な方は着替えをご持参ください。 ・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。						
PM	エアロビクス 13:00～14:00							
	茶話会 14:30～15:00							

持ち物	各プログラムテーマ
<フラワー> 花を持ち帰る袋 <バドミントン> 体育館シューズ	<アート> ①ぬりえ ②コラージュ ③スクラッチアート ④イベント ⑤イメージ画 【脳トレ】 漢検・英検や点つなぎ・迷路などのプリントを用意しています。 楽しく頭の体操をしましょう！ <勉強会> 【エキスパート】 ひまわりのプログラムを紹介しよう！ ＊ルーキー(社会資源・デイケアについて、薬・病気について)の勉強会は、今後個別に行うこととなりました。 デイケアの利用を開始して間もない方が対象となります。 該当する方にはスタッフから声掛けしますので、よろしくご協力をお願いします。

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