

デイケア案内

平成29年 1月

■スタッフから

新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお祈りしますね。

さて皆さん年末年始はどのように過ごしましたか？デイケアの中でいろいろと話を聞かせてくださいね。今年も病気に負けず笑顔の多い充実した1年にしていきたいですね。



● デイケア新年会・お茶会

1月5日(木)は毎年恒例の新年会(すごろくゲーム)を行っています。すごろくのマス目にある様々なお題を見事クリアしゴールすると、お年玉として豪華景品をゲットできます。お楽しみに！(要予約になります)。PMは新年の書初めとお茶会をします。新年の抱負を大きく書いて今年の目標にしたいですね。



● 体育館でスポーツ(健康体操)

毎週火曜日に掛川つくし体育館にてスポーツプログラムを行っています。全員でストレッチ体操(準備体操)を行った後バドミントン、卓球などそれぞれ好きなスポーツに参加しています。体力を付けたい方、ストレス解消で体を動かしたい方、楽しくスポーツをしたい方はどんどん参加してください。健康体操では、デイケア室にてゆっくりした動きのストレッチ体操を行います。運動が苦手な高齢の方が対象です。迷っている方も見学の受け付けています。



■プログラムの内容

● 喫茶いこいの家

喫茶準備・喫茶いこいの家では、病院内の喫茶店で、メンバーさんとスタッフが力を合わせて喫茶店の運営をしています。喫茶店のウェ이터や作る係、受付など実際に経験をしたい方、接客の基本を勉強したい方はぜひ参加してください。



● 初詣バスレク

1月20日(金)初詣バスレクでは、AMIはお参りに行きます(行き先は未定です)。昼食は今年も安くて美味しいお店を探しています。どこか希望やおススメがありましたらスタッフまで教えてください。少し遅い初詣ですが、みんなでワイワイ楽しくお参りに行きましょう。1月の外出ですので防寒対策と体調をしっかりと整えて、みんなでお参りたいですね(要予約になります)。



● 手軽料理(焼きいもを作ろう)

1月16日は、皆さんで温かいお鍋を作ります。寒い時期には鍋がぴったりですね。ぜひ覚えて自宅でも作ってみたいですね。1月23日は、焼きいも作りをしていきます。デイケア中庭にて作っていきます。作る言っても簡単で、美味しい焼きいもが食べられますよ！

