

2021年11月 デイケアプログラム

11月よりお茶とお水の配布を中止します。今月もプログラム参加は12名ですが、入室制限はせず全員の方の居場所は用意させていただきます。

	月/開所時間9:30~15:30	火/開所時間9:30~12:30	水/開所時間9:30~15:30	金/開所時間9:30~15:30	土/開所時間9:30~12:30
10:00~10:30	1 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「運動会のおもひで」	2 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「疲れた時に食べたいコレ！」	3 祝日のためお休みです	5 外来治療プログラム「GAMPギャンプ」 『ギャンブル依存症回復プログラム』③ 外部講師によるグループセッションです。完全予約制です。	6 本と朗読と私 みなさんのおすすめの本を紹介して下さい。朗読も一緒に楽しみましょう
10:40~12:00	かんたん手話 テーマ「注文をする」	ポッチャ 陸上カーリングスポーツに挑戦		アンガーマネジメント 「怒り」のコントロール術を知る	12:30で閉室します
13:00~15:00	デザイン・アート「壁掛けデコアート」 切る貼る書く！木枠で作るアート	12:30で閉室します			
10:00~10:30	8 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の気持ちの切り替え法」	9 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私を『色』で例えたら」	10 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「子どもの頃に憧れた職業」	12 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「卒業式の思い出」	13 スポーツの秋企画「卓球大会」 デイケアルームで給当たり戦の卓球をします。スポーツの秋！楽しく室内スポーツを楽しみましょう♪
10:40~12:00	クイズ 「なんでもランキングクイズ」	創作活動 「スクラッチアート・切り絵」	室内スポーツ「卓球」 テーブル上で卓球をします	パソコンフリー パソコンを自分のペースで学べます	
13:00~15:00	書道「毛筆」 季節の書写を筆で練習します	12:30で閉室します	川柳を楽しもう 川柳を作ります。鑑賞だけの参加も歓迎です	SST(ソーシャルスキルトレーニング) 対人スキルを学ぼう	12:30で閉室します
10:00~10:30	15 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「これからチャレンジしたい事」	16 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「夢中になった事」	17 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私のヒーローはこの人」	19 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の名前の由来」	20 この歌が好き「今紹介したい曲」 貴方の「今大好きな1曲」を教えてください。100インチ画面で映像と共に紹介し、皆で鑑賞しましょう。
10:40~12:00	脳トレ 「かんたんクロスワード」	フィンランドの伝統スポーツ「モルック」 ボウリングに似た競技。20点を目指せ！	カロムを楽しもう♪ おはじとビリヤードを合わせたボードゲーム	パソコンフリー パソコンを自分のペースで学べます	
13:00~15:00	音楽セラピー 音楽療法士による楽器演奏やセラピー	12:30で閉室します	大画面でゲームをしよう 100インチ画面の「大迫カスーパーマリオ」	バンドメイ「懐かしの学校工作」 「びゅんびゅんごま」を作ろう♪	12:30で閉室します
10:00~10:30	22 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の健康法」	23 祝日のためお休みです	24 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「今のおすすめの食べ物」	26 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の小さな幸せ」	27 「苔玉(こけだま)を作ろう♪」 今話題のインテリア観葉植物。育てるのも簡単な苔玉を作ってみませんか？抽選申込制12名限定参加です。
10:40~12:00	クイズ 「雑学クイズ&なぞなぞ」		室内スポーツ「ダーツ」 公式ダーツを気軽に楽しもう	スマホ講座「ゲーグルレンズ」 撮影だけで物や商品名が分かる！	
13:00~15:00	書道「硬筆」 鉛筆文字を美しく描く練習&漢字クイズ		DVD鑑賞「るろうに剣心 最終章」 佐藤健の立ち回りに息を呑む！感動のファイナル	認知行動療法入門 ストレスに対処しよう	12:30で閉室します
10:00~10:30	29 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「大阪といえば」	30 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私を果物に例えるなら」			
10:40~12:00	秋を楽しもう「大阪城公園を散歩」 大阪城公園に行きます。昼食は済ませてから参加下さい。【出発】11:30~【持ち物】乗車証、障がい者手帳をお持ちの方は持参して下さい。	カードゲーム「大富豪」王者決定戦！ カードゲームを楽しもう♪勝者に景品贈呈			
13:00~15:00		12:30で閉室します			

デイケアプログラムの活動時間

月・水・金	自主活動	9:30~10:00
	プログラム①(朝の報告会)	10:00~10:30
	プログラム②	10:40~12:00
	自主活動・昼食休憩	12:00~13:00
	プログラム③	13:00~15:00
	自主活動	15:00~15:30
火・土	自主活動	9:30~10:00
	プログラム①	10:00~12:00
	自主活動	12:00~12:30

デイケアからのお知らせ

・「アンガーマネジメント」「SST」「認知行動療法入門」など心理教育プログラムの「自主活動」の利用は個人情報保護を順守するため、お断りさせていただきます。

・13(土)の苔玉作りは11/8(月)申込締切りです。参加希望の方はスタッフまで申し込んで下さい。抽選結果は11/10(水)までに申し込み者全員にお伝えします。※苔玉は植物です。水やりなど育てることのできない方はご遠慮下さい。

・金曜「パソコンフリー」は自由に参加頂けます。学びたいパソコン練習をご自身のペースで進めて頂けます。4週目はスマホ講座を開催します。パソコン、スマホの時間は「自主活動」として参加して頂く事も可能です。

・11:45~13:00は自主活動(サロン利用)になります。食事も可能です。(昼食は各自持参下さい。)月、火はお弁当の注文

・9月~3月の第1週金曜は外来治療プログラム「GAMP」を行います。予約制です。デイケアの入室は12時以降可能です。

新型コロナウイルスへの対応について

・デイケア入室の際は必ず「石鹸手洗い」「アルコール消毒」「検温」「マスク着用必須」のご協力をお願いします。入室は不織布マスク着用の方のみ可能です。お持ちでない方にはマスクを提供させていただきます。

・水分補給の際は、私語をせず「黙飲」をお願いします。ドリンク類は所定の場所に置いてください。

・クラスター発生防止の為、プログラムの参加は12名までとさせていただきますが、入室制限は行いません。

・食事を取る際は消毒と手洗い後、対面にならぬよう机を壁面に向け「黙食(もくしょく)」を心がけて頂くようお願いいたします。

・デイケア内の密を避ける為、デイケア開所9:30以降にお越し下さい。9:30まではエレベーター前や喫煙所も閉鎖します。



←デイケアブログ



←今後の最新情報はホームページをチェックしてください。「つつみクリニックホームページ」→「デイケア月間表」で月間表が確認できます
<http://www.tsutsumi-clinic.com>