



2020年11月 テイケアプログラム

11月も新型コロナウイルス感染拡大防止の為、プログラム内容を変更させて開所します。なお自粛の要請があれば閉室や内容を変更する場合があります。

	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	2 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「小学校時代のおもひで」	3 祝日のためお休みです	4 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「学校にこんな先生いました」	6 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「もし魔法が使えたら？」	7 本と朗読と私 皆さんのおすすめの本を紹介してください 朗読も一緒に楽しみましょう
10:40~12:00	手話を楽しもう 日常で使える手話を楽しく練習しよう		健康チェック&簡単アロマストレッチ 体組成計と血圧測定、室内楽々体操	パソコン(6名)&自主活動 パソコンを自分のペースで学べます	12:30で閉室します
13:00~15:00	デザイン・アート① 写真やイラストでデコる! 卓上カレンダー		Wiiゲーム 「スポーツゲーム」を楽しもう	ハンドメイドを楽しむ クイリングアート「かわいいイモムシくん」	
10:00~10:30	9 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「ご飯派?パン派?」	10 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな色と理由」	11 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「趣味はなんですか?」	13 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「イチオシの芸能人」	14 クイズを楽しもう♪ チーム対抗でクイズに挑戦♪皆で楽しみましょう!
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(6名)&自主活動 パソコンを自分のペースで学べます	12:30で閉室します
13:00~15:00	書道「毛筆」 季節の書写を筆文字で練習します	12:30で閉室します	おもしろ川柳を楽しもう 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	
10:00~10:30	16 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな本&まんが」	17 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「冬にしたいこと」	18 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな動物のはなし」	20 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「今でももらったプレゼント」	21 卓球大会 デイケアルームで総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	脳トレ Wiiで脳トレ「やわらかあたま塾」	フィンランドの伝統スポーツ「モルツク」 ボウリングに似た木製ピンを使う楽しい競技	ポッチャ 陸上カーリングスポーツに挑戦	パソコン(6名)&自主活動 パソコンを自分のペースで学べます	12:30で閉室します
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	音楽鑑賞 好きな曲をリクエストして鑑賞します	アンガーマネジメント 「怒り」のコントロール術を知る	
10:00~10:30	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「毎日必ずすること」	25 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「朝食は何を食べる?」	27 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「ほほえましい失敗談」	28 心理学を体験してみよう 日常生活に潜む、様々な心理学を体験します 臨床心理士によるプログラムです
10:40~12:00	23 祝日のためお休みです	創作活動 「折り紙・ぬり絵」	室内スポーツ「ダーツ」 公式ダーツを気軽に楽しもう	パソコン(6名)&自主活動 パソコンを自分のペースで学べます	12:30で閉室します
13:00~15:00		12:30で閉室します	DVD「探偵はBARIにいる」大東洋&松田龍平 シリアスとコミカルの絶妙なバランスが最高!	認知行動療法入門 ストレスに対処しよう	
10:00~10:30	30 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「こんな習い事してみたい」				
10:40~12:00	クイズ 「雑学クイズ&なぞなぞ」				
13:00~15:00	デザイン・アート② 写真やイラストでデコる! 卓上カレンダー				

デイケアプログラムの活動時間			デイケアからのお知らせ		
月・水・金	自主活動	9:30~10:00	<ul style="list-style-type: none"> ・自主活動では「ネイルアート、スクラッチアート、硬筆、パソコン、折り紙、絵画…」等の活動が可能になりました。 ・デイケアをご利用の方に、1日にお一人1本「お茶」か「お水」の500mlペットボトルを提供します。 ・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。) ・金曜の「パソコン」は6名まで自由に参加頂けます。予約は不要です。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。パソコンの時間は「自主活動(サロン利用)」として参加して頂く事も可能です。 ・11月「デザインアート」は同様の内容を2回開催します。ハンドメイドとデザインアートは当日12:30から参加受付です。 		
	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			
火・土	自主活動	15:00~15:30	新型コロナウイルスへの対応について <ul style="list-style-type: none"> ・デイケア来所の際は「石鹸手洗い」「アルコール消毒」「検温」「マスク着用」を必ずお願いします。とくに会話をされる場合はマスク着用を徹底してください。 ・皆で共有するお茶などの喫茶コーナーの提供やマグカップの利用を中止します。 ・クラスター発生防止の為、プログラムの参加は12名、自主活動利用(テラス、和室利用)は4名までの計16名とさせていただきます。 ・三密を避けるため、窓や扉は常に開放し、必要時は大型扇風機を使用し空気の循環をします。 ・食事を取る際は、対面にならぬよう机を壁面に向け、消毒と手洗いを行って頂きます。 		
	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>