

# 2021年9月 テイクアプログラム

5月に中止となった「咲くやこの花館」の外出プログラムを実施します。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頂きます。

	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「なくてはならないもの」	3 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』 外部講師により全6回で構成される作業療法やグループセッションです	4 篆刻(てんこく)作りをしよう♪ 自分だけのオリジナル篆刻(はんこ)作りに挑戦! 12名限定の申込抽選制です。
10:40~12:00			ゲーム 「UNO ウノ」を楽しもう		
13:00~15:00			音楽鑑賞 好きな曲をリクエストして鑑賞します		
10:00~10:30	6 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「心にのこる名言」	7 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな晩ごはん」	8 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「朝の日課」	10 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「毎日のルーティーン」	11 本と朗読と私
10:40~12:00	かんたん手話 テーマ「食べ物」	ポッチャ 陸上カーリングスポーツに挑戦	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	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
13:00~15:00	デザイン・アート 秋をテーマにしたパステルアート	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	13 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「秋料理といえば?」	14 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「疲れた時にほしいもの」	15 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「はじめて自分で買ったもの」	17 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の怒りのしずめ方」	18 コロナストレス対処法
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」	カロムを楽しもう♪ おはじき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	コロナ禍で、様々なストレスが蓄積される日々。その対処法と一緒に考え、知る事でストレス軽減を目指します。
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	大画面でゲームをしよう 100インチ画面の「太鼓の達人」	ハンドメイド「懐かしの学校工作」 ストローで作る「くるくる体操選手」	12:30で閉室します
10:00~10:30	20 祝日のためお休みです	21 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな歌手」	22 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「やめられないこと」	24 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな生き物」	25 秋の音楽まつり
10:40~12:00		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!	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 テーマ「便利なアプリ紹介」	「イントロクイズ」「歌詞曲名当て」など、チーム対抗でゲームやクイズを楽しみましょう。勝利チームに景品贈呈♪
13:00~15:00		12:30で閉室します	DVD鑑賞「ライアー×ライアー」 展開の速さが楽しい! 森奈々主演の漫画実写化	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	27 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「ちょっとだけ頑張っている事」	28 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の安眠グッズ」	29 朝の報告会・ラジオ体操&サロン利用 テーマ「行きたい旅行先」		
10:40~12:00	クイズ 「雑学クイズ&なぞなぞ」	創作活動 「折り紙・ぬり絵」	リベンジ企画「咲くやこの花館」に外出しよう! 鶴見緑地公園に行きます。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下さい		
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	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
火・土	自主活動	15:00~15:30
	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

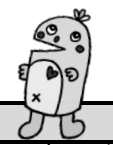
・「アンガーマネジメント」「SST」「認知行動療法入門」など心理教育プログラムの「自主活動」の利用は個人情報保護を順守するため、お断りさせて頂きます。

・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。デイケアの入室は12時以降可能です。

・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。)

・デイケア利用の方に、お一人1日1本「お茶」か「お水」の500mlペットボトルを提供します。



## 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頂きます。

・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き黙飲にてお願いします。

・クラスター発生防止の為、プログラムの参加は12名までとさせて頂きますが、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>