



2020年10月 テイケアプログラム

10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。なお自棄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「最近食べた美味しいもの」	3 手話を楽しもう
10:40~12:00				パソコン(限定5名)&自主活動 初級プチ講座&実践「パソコン基礎」	日常で使える手話を楽しく練習しよう
13:00~15:00				ハンドメイドを楽しむ(限定10名) オリジナルのカードホルダーを作ろう♪	12:30で閉室します
10:00~10:30	5 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「最近感じたハッピーな話」	6 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きなファーストフード」	7 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「旅の思い出について」	9 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「イチオシの芸能人」	10 本と朗読と私
10:40~12:00	脳トレ 「間違え探し」	ポッチャ 陸上カーリングスポーツに挑戦	健康チェック 体組成計と血圧測定	パソコン(限定5名)&自主活動 初級プチ講座&実践「パソコン基礎」	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
13:00~15:00	デザイン・アート (限定10名) 陶器に色を塗る「幸せのゾウの絵付け」	12:30で閉室します	Wiiゲーム 「桃太郎電鉄」を楽しもう	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	12 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな歴史上の人物」	13 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「オリンピックで好きな競技」	14 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「あなたはパン派?ごはん派?」	16 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「旅行の思い出」	17 看護師による「お薬のはなし」
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(限定5名)&自主活動 中級プチ講座&実践「パワーポイント」	「副作用について」「お酒との併用は?」 等...お薬についてのミニ講座やQ&A
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	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
10:00~10:30	19 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「漢字・文字自己紹介」	20 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「テーマパークの思い出」	21 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「おすすめの本紹介」	23 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「プレゼントされたいもの」	24 ポッチャ大会
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「モルック」 ポウリングに似た競技。モルックセット購入!	室内簡単アロマストレッチ 室内で出来る楽々体操をしよう	パソコン(限定5名)&自主活動 中級プチ講座&実践「パワーポイント」	ポッチャを総当たり戦で楽しみます。勝者には表彰と景品を用意しています
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	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	26 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「一番好きな晩ごはん」	27 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな名言や人生の教訓」	28 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「スポーツについて」	30 朝の報告会・ラジオ体操・自主活動 テーマ「フリー」/11:00~12:00昼食休憩	31 ソーシャルディスタンスハロウィン
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」	室内スポーツ「ダーツ」 公式ダーツを気軽に楽しもう	特別企画「秋のポウリング大会」 スポーツ今福店に行きます。乗車証を持参ください。テイケア12:00出発です。昼食は出発までに各自済ませてから参加下さい。申込締切りは10/19です。	ゲーム、お菓子の配布など...ハロウィンに安全に楽しく過ごしましょう♪
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	DVD鑑賞「コンフィデンスマンJPロマンス編」 ハラハラワクワク! 史上最大の騙しあいが楽しい!		12:30で閉室します

テイケアプログラムの活動時間			テイケアからのお知らせ		
月・水・金	自主活動	9:30~10:00	・テイケアをご利用の方に、1日に1本、「お茶」が「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。) ・テイケア開所時間は、【月・水・金】9:30~15:30 【火・土】9:30~12:30 です。 ・金曜の「パソコン」は1人につき1台のパソコンを使用して行う為、各5名の人数制限をさせていただきます。参加希望の方は毎月申し込んで下さい。当日でも空きがあれば参加可能です。パソコンの時間は自主活動として過ごして頂く事も可能です。 ・「ハンドメイド」と「デザインアート」は抽選ではありません。当日12:30から参加受付をさせていただきます。(電話受付は不可)		
	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 ・テイケア来所の際は「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、テイケアの入室を12名までとさせていただきます。(12名を超えて来所された方につきましても待機場所を設ける等、何らかの配慮は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			



←テイケアブログ



←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」→「テイケア月間表」で月間表が確認できます
<http://www.tsutsumi-clinic.com>