

2021年10月 デイケアプログラム

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 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』② 外部講師により構成されるグループセッションです。完全予約制です。	2 カードゲームをしましょう トランプ、ウノなどのカードゲームを皆で ワイワイ楽しみましょう♪	
10:40~12:00						
13:00~15:00						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	4 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「毎日するといいたいと思うこと」	5 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「必ずカバンに入っているもの」	6 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「秋の訪れを感じる時」	8 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の尊敬する人」	9 コミュニケーション能力を身につける 第1回目は『伝え上手と伝え下手はどこ が違うのか』。楽しく学びながら「なぜ話 が伝わらないのか」を説明します。	
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	ゲーム 「ジェンガ」を皆で楽しもう	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	デザイン・アート「にがおえ講座」 にがおえとキャラクターをドッキング	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	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	11 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「時々するといいたいと思うこと」	12 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「魚と肉どちらが好き？」	13 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の特技」	15 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「ラッキーだった出来事」	16 看護師による健康チェックと健康相談 体組成計と血圧測定、看護師による個 別相談を行います	
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	ハンドメイド「懐かしの学校工作」 「どうぶつ」の絵の版画」を体験しよう	12:30で閉室します	
10:00~10:30	18 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「今日食べたいもの」	19 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな本や漫画」	20 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きだったテレビ番組」	22 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の宝物」	23 ポッチャ大会 ポッチャを総当たり戦で楽しめます。勝 者には表彰と景品の贈呈があります。	
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♪ おはじきとビリヤードを合わせたボードゲーム	スマホ講座 テーマ「お薬手帳アプリの使い方」		
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「大迫力のカヌースポーツ」	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	25 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の注意サイン」	26 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私のリフレッシュ法」	27 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の輝いていた頃のはなし」	29 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「ハロウィンに何する？」	30 ソーシャルディスタンスハロウィン ゲーム、お菓子の配布など…ハロウィン を安全に楽しく過ごしましょう♪	
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	折り紙で作る「かぼちゃとおぼけの箱」 ☺箱にアメを入れてお持ち帰り☺		
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「お終活」人生百年時代の過ごし方 笑える！橋爪功、高畑淳子主演のヒューマンコメディ	女性限定化粧療法士によるメイク講座 自分に似合う色&メイク体験	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、お断りさせていただきます。
- ・29(金)「メイク講座」は女性のみ先着12名参加可能です。金海先生を講師に迎えます。男性の方は入室できません。メイク体験をご希望の方はベースメイクのみでお越しください。
- ・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。)
- ・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」のご協力を願います。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>