

# 2020年4月 デイケアプログラム

【お知らせ】新型コロナウイルスの感染拡大防止策として患者様の安全を第一に考え、引き続き不要不急の外出は避ける運びとなりました。4月の「カラオケボックス・外出」や「特別企画」は室内プログラムに変更させていただきます。ご了承のほどよろしくお願い致します。またデイケアルーム内の消毒の徹底や手洗い消毒の強化、加湿器と空気清浄機の新調を行う等、患者様に安心してご利用いただく為の対策を行っております。

	月/9:30~16:00	火/9:30~17:00	水/9:30~16:00	金/9:30~16:00	土/9:00~15:00
①10:30~12:00			1 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り	3 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り	4 ゲーム&麻雀 ゲームや麻雀を楽しみます
②13:00~15:00			Wiiゲーム パーティーゲームを楽しもう♪	手芸 羊毛フェルトでネックレスを作ろう③	「有名店の味を楽しむ」 美味しいスイーツとお茶を堪能
①10:30~12:00	6 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り	7 ①9:40~ ②12:30~③15:00~ ①女性プログラム『お茶とお菓子の茶話会』 ②ゆっくり使いたい人PGM『ポッチャ』 ③発達障害の方のプログラム『テーマ/人と過ごすと疲れる時』	8 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り DVD鑑賞 圧巻の映像美!「ライオンキング」	10 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り お菓子作り 春の「ミニホットケーキ」	11 自主活動 デイケアをフリー利用して頂けます 「マスクを作ろう!」 何度でも洗える手作りマスク作り
②13:00~15:00	デザイン・アート 「プラバンマグネット」を作ろう♪				
①10:30~12:00	13 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り	14 ①9:40~ ②12:30~③15:00~ ①女性プログラム『室内スポーツ』 ②ゆっくり使いたい人PGM『ゲーム』 ③アンガーマネジメント『テーマ/すぐにカッとなり冷静になれない怒りについて』	15 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り 音楽鑑賞 みんなでリクエスト曲を聴こう♪	17 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り 室内スポーツ 「ポッチャ」「卓球」「ダーツ」など	18 ゲーム&麻雀 ゲームや麻雀を楽しみます 「春のスイーツ作り♪」 「いちごパフェ」を作ろう
②13:00~15:00	書道「毛筆」 季節の書写を筆文字で練習します				
①10:30~12:00	20 パンランチの日 ホットドッグ&スープのランチ	21 ①9:40~ ②12:30~③15:00~ ①女性プログラム『好きな写真でコラージュアート』 ②ゆっくり使いたい人PGM『Wiiゲーム』 ③SSTプログラム『対人スキルを学ぼう』	22 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り 室内カラオケ デイケア内でカラオケをします 鑑賞のみ可	24 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り 脳トレ&クイズ クイズ、脳トレ、間違い探し等	25 自主活動 デイケアをフリー利用して頂けます 「ポッチャを楽しもう♪」 陸上カーリングスポーツに挑戦!
②13:00~15:00	音楽セラピー 音楽療法士による音楽療法です				
①10:30~12:00	27 食事作り 一汁三菜のバランスのよい昼食作り	28 ①9:40~ ②12:30~③15:00~ ①女性プログラム『ゲーム』 ②ゆっくり使いたい人PGM『鑑賞会』 ③認知行動療法入門『テーマ/バランス思考を目指そう』	29 祝日のためお休みです		
②13:00~15:00	パソコンを楽しもう パソコンの基礎&応用&ゲーム				



## デイケアプログラムの活動時間

午前(月、水、金、土)	9:30~10:30(土曜/9:00~)	自主活動
	10:30~12:00	活動①
午後(月、水、金) ※土曜日は15時閉室	12:00~13:00	自主活動
	13:00~15:00	活動②
	15:00~16:00	自主活動
	16:00	閉室

## デイケアプログラムの詳細

2020年よりデイケアで「フリーWi-Fi」を利用いただけるようになりました♪  
4月よりプログラム内容と時間が大幅に変更となっておりますのでご注意ください。(裏面を参照ください)  
7(火)【発達障がいの方のプログラム】発達障がいの特性の理解、困り事の対処などについて座談会を通じて学びます  
8(水)【DVD鑑賞ライオンキング】ディズニーの名作が登場!CGとは思えない映像美は見る価値あります。  
14(火)【アンガーマネジメント】怒りのコントロールスキルを身につけ怒りの感情と上手につき合う方法を学びます。  
27(月)【パソコンを楽しもう】日常で使えるパソコンの基本操作と一緒に学んだり、パワーポイントでポスターやイラストを作ったり、ゲームやYouTubeなどを楽しく学んだり…ご自分のペースで楽しくパソコンに触れて頂けます。  
28(火)【認知行動療法入門】自分らしい考え方のクセを知り、ストレスを軽減する方法を臨床心理士と学びます。

<http://www.tsutsumi-clinic.com> 「つつみクリニック」で検索!



「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