

デイケア新聞

第22号
発行
ハートクリニック
デイケア

ハートクリニック デイケア
月～日曜日 開室
九時二十分～十六時三十分

2016年9月外出プログラム 中華街で食べ歩き♪

横浜といったら中華街！

九月の外出プログラムは横浜中華街です。

メンバーのSさんとKさんが幹事を務めて下さり企画した旅です。

七月からどこに行こう、何を食べようかと話し合っていました。

山下公園、マリントワー、赤い船に乗ったらよいか？ランチは？などなど色々相談していました…。募集のポスターは「中華街で食べ歩き♪」の見出しで中華バイキングでの食べ放題のお食事。その後自由行動でマリントワーに行きたい人たちはどうぞ。という感じです。今回の外出プログラムは早くから募集定員いっぱいになってしまっています。バイキングでお腹いっぱい食べた後、中華街散策して何が食べ歩きで食べられますかかね？

美味しい楽しい外出になると良いですね。お楽しみに！

手話



毎週木曜日の十三時から十四時に行っているプログラムに「手話」というプログラムがあります。今まで手話をしたことがない方は難しい印象を抱いてしまうかもしれませんが！前半は単語の勉強をし、後半は会話文やヒット曲の歌詞に手話

をつけて歌ったりしています。手話に毎回参加をされていてスラスタ出てくる方もいらっしゃいます。が、私は辞書やテキストがまだまだ手放せません。興味のある方、ぜひご参加ください♪



納涼会を

楽しんできました



まだまだ暑かった八月の下旬。鎌倉芸術館で納涼会を開催しました。事前までに皆で準備・作成した射的や輪投げなどの模擬店備品や食材を会場にセッティング！しかも、今年は焼きとり・焼き

「肩こり」

精神科リハビリ豆知識

首周辺から上背部・肩にかけての筋肉が緊張して不快感や痛みを感じる症状を「肩こり」と呼んでいます。デスクワークなど下を向く作業の動作性の原因をよく言われますが、目の疲れもまた大きな原因のひとつです。時々パソコンから離れて、目を労わってあげましょうね！

そばの模擬店は、木枠にのれん！例年に比べて、会場の雰囲気は日本の夏と化けました！他の模擬店では、射的や輪投げなどのゲーム系、わた飴やかき氷、チョコバナナといったスイーツ系、さっぱりといけちやうきウリの一本漬など、お楽しみ要素も多め♪模擬店でゲームを楽しみ、景品もゲット♪そして、これも恒例？になっているスタッフによる寸劇も大盛況？で終幕となりました。暑かったけれど、楽しい一日でした！

