

# 青山会関内クリニック 3月デイケアプログラム

## プログラムの一部紹介

### <一般デイケアプログラム>

	日	月	火	水	木	金	土
						3/1	3/2
午前						〇〇定食 内容は2/27に決定	ひな祭りデザート お雛様スイーツ
午後						癒しの時間 (足湯処 じん)	ひな祭りヨーガ
	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8	3/9
午前	お休み	春のイタリアンランチ PizzaCozou横浜関内	ミーティング	フリープログラム 個別相談	ブレインサプリ	クッキングα	カレー曜日 ポークカレー
午後		MCT (フィードバック I)	☆ ヨーガ 椅子ヨーガ	☆ 米ディメンテナス③ スロートレーニング	BigHotPlateParty 超Bigパエリア	関内walker	アニマルセラピー
	3/10	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15	3/16
午前	お休み	フリープログラム 個別相談	選べるアート	ホワイトデーT-room クッキー	正しい日本語講座	ブレインサプリ	○ 音楽鑑賞
午後		MCT (帰属)	☆ ヨーガ Premium Tuesday	☆ 米ディメンテナス④ (食生活の落とし穴)	Doctor Meeting 岡崎先生 〇〇相談会	晴天:根岸森林公園 雨天:卓球	晴天:ねこ写真展2019 大佛次郎記念館 雨天:ねこ動画
	3/17	3/18	3/19	3/20	3/21	3/22	3/23
午前	お休み	スポーツ 異種格闘卓球	フリープログラム 個別相談	アート ステンドグラス風アート	お休み	クッキングα	カレー曜日 春の薬膳カレー
午後		MCT (記憶)	☆ ヨーガ(内田先生) カラオケ	☆ 米ディメンテナス⑤ (行動計画と健康ライフ)		関内walker	桜木町駅前大道芸 雨天:選べるゲーム
	3/24	3/25	3/26	3/27	3/28	3/29	3/30
午前	お休み	レビューミーティング	デイケアメンテナンス	フリープログラム 個別相談	正しい日本語講座	3月レク ラーメン博物館	選べるアート
午後		MCT (自尊心)	☆ ヨーガ Premium Tuesday	☆ 米ディケア 鑑賞会	お花見とお団子散歩 大岡川 雨天:卓球		ポクササイズ

#### ～イベント～

#### ★クッキングα★

今月のクッキングも宇宙食、防災食として話題のアルファ米を使った丼もの、定食など様々なメニューを作ります。

#### ★Premium Tuesday★

火曜の午後はプレミアム！外出してダーツや満喫ビリヤード等プレミアムな時間を過ごします。

#### ★ひな祭りデザート★

今年のひな祭りはバウムクーヘンと鈴カステラを使っておひなさまスイーツを作ります。

#### ★春のイタリアンランチ★

今月ランチ企画は伊勢佐木モール内のピザ屋 PizzaCozou横浜関内に行きます。

#### ★カレー曜日★

今月はカレー曜日として3/9、3/23の土曜日にカレーを作ります。

#### ★ねこ写真展2019★

企画展「ねこ写真展2019」を見に大佛次郎記念館に徒歩で向かいます。

手帳をお持ちの方はスタッフまでお知らせください。雨天時はデイケア室内でねこ動画鑑賞です。

#### ★Doctor Meeting & 〇〇相談会★

当院外来医師の岡崎先生より講義をして頂きます。後半はドリンクを飲みながら〇〇について話したい、相談したいという茶話会を行います。皆に聞いてみたい事がある方は是非ご参加ください。

#### ★ホワイトデーT-room★

ホワイトデー企画としてクッキーを作ります。

#### ★桜木町駅前大道芸★

桜木町駅前で開催される大道芸を見学に行きます。雨天時は選べるゲームの予定です。

#### ★3月レク ラーメン博物館★

今月のレクはラーメン博物館へ食事に行きます。手帳をお持ちの方はスタッフまでお知らせください。

#### ★お花見散歩★

お花見スポットの大岡川へ花見に行きます。花より団子の方にもお楽しみ頂けるよう、皆でお団子も食べる予定です。

雨天時は室内で卓球の予定です。

#### ★アニマルセラピー★

今月もかわいいセラピー犬を招待します。前半はデイケア室内で触れ合い、後半は散歩にも行く予定です。

#### ★関内walker★

関内周辺の身近なガイドブックを手作りします。周辺施設の情報を出しあって調べて探検します。

※各イベント参加希望の方はポスターをご確認下さい。

### 今月のお知らせ

- ・☆印のプログラムは運動を行ないますので着替えのご持参を推奨します。
- ・〇印の日は昼食が12:00開始となります。ご了承ください。
- ・火・水曜日のPMプログラムは、リワークコースの方と合同で実施します。
- ・外出プログラムの際は、当日の参加状況によって午後のデイケア室が閉所する場合があります。ご了承ください。