

# 青山会関内クリニック 5月デイケアプログラム

## <一般デイケアプログラム>

	日	月	火	水	木	金	土
				5/1	5/2	5/3	5/4
午前	お休み			お休み	黄金週間デザートα 令とおはぎ	お休み	お休み
午後					令和アニマルセラピー		
	5/5	5/6	5/7	5/8	5/9	5/10	5/11
午前	お休み	お休み	ミーティング	One Day Cooking 1日かけて超大作 デザートプレート作り	フリープログラム 個別相談	ブレインサブリ	スポーツ 卓球
午後			☆ ヨーガ		就労支援 就労のスタイル		☆ ホディメンテナン③ (スロートレーニング)
	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16	5/17	○ 5/18
午前	お休み	MCT (思い込み)	選べるアート	クッキングα 白身魚のムニエル	正しい日本語講座	フリープログラム 個別相談	放送ライブラリー 2019春の人気番組展
午後		☆ スポーツ 異種格闘卓球	☆ ヨーガ	関内walker	☆ 体育館スポーツ バドミントン&卓球	☆ ホディメンテナン④ (食生活の落とし穴)	純喫茶 青山 (Coffee & Sweets)
	5/19	5/20	5/21	5/22	5/23	5/24	5/25
午前	お休み	室内バッティング練習	フリープログラム 個別相談	クッキングα サイコロステーキ丼	アート プレスレッド作り	ブレインサブリ	選べるゲーム
午後		☆ バッティングセンター	☆ ヨーガ(内田先生) カラオケ	Doctor Meeting 安先生:うつと食生活 &〇〇相談会	就労支援 就労のスタイル	☆ ホディメンテナン⑤ (今後の行動計画と健康ライフ)	開港記念祭Y160 雨天:ZUMBA
	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30	5/31	
午前	お休み	MCT (共感すること)	選べるアート	フリープログラム 個別相談	移転記念3周年レク 中華街PremiumLunch 重慶飯店	レビューミーティング 情報共有ミーティング	
午後		☆ デイケアメンテナンス セルフメンテナンス	☆ ヨーガ	☆ 関内walker特別編 ローズウィーク横浜 雨天:walker企画	癒しの時間 (足湯処 じん)	☆ ボディケア	

## プログラムの一部紹介

～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。

### ★アニマルセラピー★

今月はGWに可愛いワンちゃんたちにアニマルセラピーに来てもらいます！普段は来れない方も是非ご参加ください！

### ★令和ヨーガ★

今月の土曜ヨーガは新元号特別版！連休明けの身体をスッキリさせましょう。

### ★One Day Cooking★

普段よりもこだわりの逸品を作りたい方向け！一日かけて超大作デザートプレートを作ります。

※完成したデザートを食べるのは午後になります。

### ★体育館スポーツ★

今月の体育館スポーツは中区スポーツセンターでバドミントン&卓球を行います。

### ★DoctorMeeting & 〇〇相談会★

今月のDoctorMeetingは安先生による「うつと食生活」を実施します。

後半は〇〇相談会として皆でドリンクを飲みながら〇〇について話したい、相談したいをテーマに茶話会を行います。

### ★移転記念3周年レク★

今月のレクは3周年プレミアム！普段よりちょっと贅沢な所として老舗高級店「重慶飯店」にランチを食べに行きます！

### ★関内walker★

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

5/29は特別編としてローズウィーク横浜へ行きます。雨天時は通常通り関内walkerの企画をします。

### ★就労支援プログラム★

木曜日に就労に関するプログラムを実施します。

・5/9は就労のスタイルについて  
現状のチェックや社会保障制度について学びます。

・5/23は就労のスタイルについて  
ハローワーク横浜の職員もお招きし、社会資源の活用方法について解説頂きます。

※各イベント参加希望の方はポスターをご確認ください。

## 今月のお知らせ

- ・新年度よりプログラム時間及び曜日の変更、昼休み・昼食時間が11:45へ変更となります。ご確認ください。
- ・☆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。
- ・○印の日は昼食が12:00開始となります。ご了承ください。
- ・火・金曜日の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。
- ・🚶印のプログラムは外出をします。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。
- ・土曜日午後プログラムにショートケアで参加される方は12:30までのデイケア受付をお願いします。