

デイケアニュース

気温が高くなり、湿気も多く、過ごしにくい季節がやってきました。最近では6月病と言われるものが流行っているそうです。異動などの環境の変化で生じやすいようです。5月病と言われる状態でもがんばり続けていたが、耐えきれず病気になってしまうのが6月病と呼ばれるものだそうです。

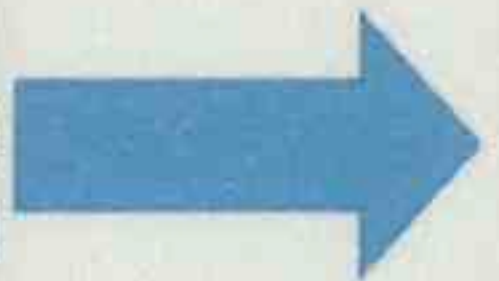
がんばり続けている状態が長期になっているため、心身の状態は相当疲弊していることとなります。心身の不調を回復させるべく、デイケアでも様々なイベントやプログラムを今後は計画しております。

話しは変わりますが、4月17日シャープの特例子会社の方にデイケアに来ていただいた様子が、シャープのホームページに掲載されております。シャープブログで検索していただくと内容が見られます。

今月のデイおすすめ

- 7/2(火) PM: 偉人伝☆
各国の偉人、リクエスト募集中!
- 7/10(水) PM: 食生活
耐熱袋を使った時短レシピを紹介!
- 7/18(木) PM: 心理士に学ぼう
今年度も始まります! 全6回。
「考え方の癖について」がテーマです☆
- 7/25(木) AM: 学生プログラム
心理士学生とコミュニケーションの勉強を一緒にしましょう★
お楽しみに★★

デイケアの写真たち



園芸にて★
一生懸命育てた
立派ないんげんを収穫♪
ごま和えにいただきました☆
じゃがいももなんと! 35個収穫!!
どんな料理になるのか今から
楽しみです。



お待ちかね!
♪カラオケ大会♪開催しました☆
出場者の皆様、とっても素敵な歌声を
ありがとうございました!!
司会担当、開閉式担当のメンバーさん
もお疲れ様でした!!
次回の開催もお楽しみに♪
ぜひ歌唱の方でも参加して下さいね*

ものづくりでは
フラワーボックスを作りました☆
色とりどりのお花がとても
綺麗ですね☆☆☆



食生活では
レンジで出来る
サーモンのクリーム煮
を試食しました!

アートにて。
梅雨に映えるアジサイの花を
添えて絵手紙にしました*



久しぶりにあべのメンタルクリニックの
デイメンバーさんと久しぶりの交流会を
行いました! マリオカートで対決!!
結果は...??笑



ふれあいの会では
カップボールゲーム
を楽しみました♪