

歩歩TIMES 5月号

滋賀八幡病院デイケア情報誌

2025年5月号

❀ いよいよ春です！❀

5月です。ゴールデンウィークですね？デイケアも4連休をいただきました。皆様は何をして過ごされましたか？ガクトさんがツイートしていたのですが『寝れば癒える体と違い、ココロは寝るだけじゃ回復しない、ココロの回復には本気で遊ぶしかない、声を出して笑って、体を動かして、くたくたになるまでエネルギーを出し切る。この行為が心をリセットさせる』と。確かに？最近寝ても疲れが取れないと私も思っていました。歳のせいじゃなく、遊びが足りなかったのね(笑) デイケアではいろいろなスポーツや遊び(プログラム)もご用意しています。本気でやるのもよし、のんびりやるのもよし。自分のペースで『ココロの回復』を目指しましょう(^▽^)/

♥ お花見ルンルン ♥

みんなで花緑公園にお花見に行きました。色んな種類の花が咲いていて、目が幸せでした。弁当を食べた後、日差しが強かったので木陰にシートを移動して、ゴロゴロお昼寝タイム。日向だと日差しが強くて、暑いし、木陰だと風が強くて、寒くて…全身で春を感じられた1日でした。

E



カラオケ『マンボ』

松山千春の『人生の空から』を歌い、94点取れました。まさか、こんな高得点が取れるなんて信じられません。ラッキーでした。

ギャリーバミュバミュ

※今回のデイケアカラオケで最高得点のギャリーバミュバミュさんにコメントをいただきました。デイケアでは月2回、カラオケ『マンボ』さんに行って、ひとり4曲から5曲歌っています。みんなうまくて羨ましいです……スタッフK



お花畑

春先に植えた、玄関先の花壇に、美しい花々が咲きました。色とりどりで目を楽しませてくれています。一見してみてください。何か心が和みますよ～

M・T



R7年 5月						プログラム
月	火	水	木	金	土	
			1 日 ストレッチミニゲーム ウォーキング	2 日 クラブ活動 卓球	3 日 憲法記念日	
5 日	6 日	7 日	8 日	9 日	10 日	
子供の日	振替休日	個人面談 フリー活動 ソフトボール	個人面談 フリー活動 グラウンドゴルフ	個人面談 フリー活動 フルボン	デイケア会議 ① プログラム作成 個人面談 フリー活動	
12 日 卓球教室(ふらっと)	13 日 調理実習 創作活動	14 日 生活セミナー	15 日 休 み	16 日 釣り DVD鑑賞(邦画)	17 日 デイケア会議 ② 意見交換 サイコロボウリング	
19 日 カラオケ⑥	20 日 グループボウリング⑦	21 日 調理実習(おかし作り) ウォーキング	22 日 休 み	23 日 生活セミナー お仕事相談会	24 日 クラブ活動 ポッチャ	
26 日	27 日	28 日	29 日	30 日	31 日	
休 み	調理実習 創作活動 ボウリング⑦	バーベキュー大会 ストレッチミニゲーム	東 麻雀 大会 ちょこっとドライブ	釣り(八幡堀) 釣り(八幡堀) DVD鑑賞(邦画)	ボランティア活動 おしゃべりタイム カラオケ⑥	

＜お問い合わせ先＞ 滋賀八幡病院デイケア 電話(直通)0748-33-9169

* プログラムは、感染症拡大防止対策のため、やむを得ず変更する場合があります。