

# お花見会

いよいよ、桜が開花するあたたかい季節になりました。今年も恒例のお花見会を開催します。みんなでおいしいカレーライスを作って、春を感じながら食べましょう。

日時：4月13日(金)

11:45~

場所：デイケア大部屋

※当日参加OK(デイケア利用者に限る)

# 防犯教室

星総合病院より、元警察官の栗田参事を講師としてお迎えし、防犯に関する講義を行う予定です。

日常生活に潜む危険を予測し、トラブルに巻き込まれないためのポイントについて学びましょう。

日時：4月16日(月)

11:15~

場所：デイケア大部屋

※当日参加OK(デイケア利用者に限る)



## 平成30年4月の活動予定



1日 休診日	2月 午前: 日常活動 <b>食育教室</b> 午後: カラオケ/ ソトポールクラブ	3火 午前: 日常活動 午後: カラオケ	4水 午前: 日常活動 午後: スポーツ	5木 午前: 日常活動 <b>園芸クラブ</b> 午後: カラオケ	6金 午前: 日常活動 午後: カラオケ	7土 午前: 日常活動 午後: スポーツ
8日 休診日	9月 午前: <b>健康フェア</b> 午後: カラオケ/ ソトポールクラブ	10火 午前: 日常活動 午後: カラオケ	11水 午前: 日常活動 午後: スポーツ	12木 午前: 日常活動 午後: カラオケ	13金 午前: <b>お花見会</b> 午後: カラオケ	14土 午前: 日常活動 <b>家族教室</b> 午後: スポーツ
15日 休診日	16月 午前: 日常活動 <b>防犯教室</b> 午後: カラオケ/ ソトポールクラブ	17火 午前: 日常活動 午後: カラオケ <b>レシート作り</b> (栄養)	18水 午前: 日常活動 午後: スポーツ	19木 休診日 	20金 午前: 日常活動 <b>映画の会</b> 午後: カラオケ	21土 午前: 日常活動 午後: スポーツ
22日 休診日	23月 午前: 日常活動 午後: <b>ゲートボール大会</b>	24火 午前: 日常活動 午後: カラオケ <b>楽器運動クラブ</b>	25水 午前: 日常活動 午後: スポーツ	26木 午前: 日常活動 午後: カラオケ	27金 午前: 日常活動 午後: カラオケ	28土 午前: 日常活動 午後: スポーツ

**赤字は院外活動、青字は院内活動です。**

日常活動は、ウォーキング、卓球、園芸、パソコン、書道、手工芸、ゲーム(トランプ、将棋、麻雀など)、読書、音楽鑑賞などです。園芸は天候や季節によって行う日を決めています。卓球は、やはり人が集まったときに行っています。

利用される方の体調とご希望に合わせて、いろいろなプログラムを提供しています。体験もできます。くわしくは主治医におたずねください。

# 活動報告

## ゲートボール大会のお知らせ

昨年度の9月に続き、第2回目のゲートボール大会が開催されます！簡単なルールで、激しい動きのないスポーツです。初めての方もお気軽にご参加ください。

春になり、外で体を動かすのにぴったりの季節がやってきます。みんなであらゆる運動しましょう！

日時：4月23日(月)  
13:30～

場所：星ヶ丘病院グラウンド

※雨天時は、通常通り体育館でのソフトボールクラブとなります。



### 《食育教室》

3月5日に「バランスの良い食事について」というテーマで、食育教室を開催しました。朝食の大切さや、味や色・調理法を工夫して食事を摂取する事を心がけると、バランスよく栄養が摂れる事などを学びました。ぜひ実践してみてください。



### 《楽々運動クラブ》

毎月第3、または第4火曜日の午後に、星総合病院より健康運動指導士の松井さんにお越しいただき、頭や身体に良い簡単な運動を行うプログラムです。3月20日には、ストレッチやスクエアステップを楽しく行いました。一緒に身体を動かしたい方のご参加をお待ちしています。



## 作品紹介

●検査室前に展示してある作品の紹介です。メンバーで協力して制作した「桜の木の風景」です。花紙を折って花びらを作っています。皆様、もうご覧になりましたか？

●最近購入した本を見て作った、はぎれや手ぬぐいで作れる巾着袋やバッグです。お手軽に作れるので人気です。



### 「さんぽ」投稿基準

1) 公序良俗に反しない、プライバシーに配慮された原稿であって、

2) 200字～500字以内で書かれた作品。(小説や詩、考えや意見をまとめた文で、ある程度意味が通じる内容のもの)

3) 好きな本や映画、お店の紹介など、仲間と共有したい情報

4) マンガや絵などの画像

投稿方法：ペンネームをそえてデイケアにお持ちいただくか、郵便でお送り下さい。適宜採用させていただきます。

なお、お送り頂いた原稿はお返しできませんのでご了承下さい。

## ★★デイケア利用者のご家族のみなさまへ★★ 家族教室のご案内

星ヶ丘病院では、統合失調症の患者さんのご家族を対象に家族教室を開催しています。次回は4月14日(土)に開催します。

ご興味のある方はデイケアスタッフ、または下記までお問い合わせ下さい。

**星ヶ丘病院 総合相談・地域連携室 024-952-6799**



依乃春関

編集委員より  
四月は入学式や入社式のある月です。星ヶ丘病院にも新しい職員が来ると思いますが、先にはじめての出会った時には、あじさいをまつたデイケアに通うには辛かったです。桜の開花の時期が、暖かくなってきたので、楽になっ  
てきますね。三月二十八日(水)は、デイケア屋外での消火訓練が、人  
は、実際に体験をしてもらう役  
立ちます。星ヶ丘病院で仕事を  
して五年目になる花さんが、今  
年の三月で退職される事は、実  
に残念な事だと思いましたが、一  
緒に色々な活動を通じて、大変  
お世話がなりました。皆様と  
い時間をお過ごし下さいね。た  
花さん話になりました。大変  
近くさん話になりました。大変  
イケアに顔をだした時は、ぜひ  
さようなら

