

# デイケアだより 12月

## イベント

11月は利用者さんからの御希望もあり、身体測定を開催！

握力計測、長座体前屈、片脚立位、椅子立ち上がりの4項目を実施しました😊

測定後は年齢別の基準値と照らし合わせながら、今後の生活の参考にしたいと感想が聞かれました。



## 調理クラブ

今回は「角煮大根」と「けんちんうどん」を作りました！

どちらも肌寒い秋にぴったりの、心も体も温まるメニューでした。

参加者からは「温かくて美味しい。」などの感想が聞かれました😊



## サシェ作り

利用者さんからの発案で、サシェ作りを開始！

サシェとは匂い袋の事を言います。

オリオンにラベンダーを摘みに行ったり、使用する布の買い出しに行ったり、また実際に使用する布を選んだり…。

みなさん和気あいあい、楽しみながら行っていました♪



## 健康教室

精神科医師より「統合失調症」についての話がありました。

統合失調症の症状や治療についてもっと知りたい・自分は統合失調症ではないけれどデイケアの仲間として、どんな病気か知りたいなどあり、みなさん受講していました😊

みなさん熱心に耳を傾け、質問も多数出るなど大変好評でした。



## デイケアファーム活動

10月に収穫したつまいもや白菜を使って、芋煮を行いました！

今回はデイケア以外の職員の協力もあり、キャンプ場のかまどを使用しての調理🎵

自然の中、みんなで育てた野菜をみんなで食べる芋煮は最高の味でした！



## 12月の予定

4日(木)午後 ハローワーク講話

9日(火)午後 調理クラブ

15日(月)1日 映画鑑賞会

24日(水)午前 イベント

25日(木)午後 調理クラブ

26日(金)午前 大掃除

29日(月)午後 ライフスキル講座