






# 精神科デイケア かけはし山形

# 7月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					 1 創立記念日	 2 休み
<b>3</b> ストラック frisbee タスポニー	<b>4</b> ウェルネス体操 ストレッチ (ipad)	<b>5</b> モルック ゆったりピククル いきいきサロン	<b>6</b> 棒体操 筋トレ (ipad)	<b>7</b> frisbee カーリング ポッチャ コグニサイズ	<b>8</b> 輪投げ コーンホール	<b>9</b> 休み
風船バレー 七夕創作	スカットボール 美文字・ペン字	色あて frisbee 卓球 寺子屋	ゲートボール 七夕創作	カローリング 棒ホッケー	ラダーゲッター テーブルゲーム	休み
<b>10</b> ダンベル体操 ヨガ (ipad)	<b>11</b> ラダーゲッター 棒ホッケー はつらつ体操	<b>12</b> カローリング ポッチャ 創作	<b>13</b> ウェルネス体操 バレトン いきいきサロン	<b>14</b> 輪投げ 卓球	<b>15</b> スカットボール ストラック frisbee	<b>16</b> 休み
カローリング チャレンジ球技	ペタンク タスポニー	Music Time ロールモザイク	frisbee カーリング ゆったりピククル AL座談会	ストラックアウト テーブルゲーム	モルック 脳トレ	休み
<b>17</b> 海の日 	<b>18</b> 色当て frisbee ゆったりピククル コグニサイズ	<b>19</b> ウェルネス体操 べにちゃん体操 (ipad) 血圧・体重測定 栄養講話	<b>20</b> スカットボール タスポニー 俳句 卓球	<b>21</b> 棒体操 ストレッチ (ipad) はつらつ体操 モルック 脳トレ	<b>22</b> ペタンク 風船バレー ムービータイム 創作・塗り絵	<b>23</b> 訪問看護 休み
<b>24</b> frisbee カーリング ビリッカー いきいきサロン	<b>25</b> コーンホール ポッチャ	<b>26</b> ダンベル体操 ヨガ (ipad) コグニサイズ	ペタンク サーキット トレーニング 暮らしの教室 モルック AL座談会	<b>28</b> ウェルネス体操 ボクササイズ (ipad) タスポニー 手芸	<b>29</b> スカット ボウリング クッキング	<b>30</b> 訪問看護 休み
色当て frisbee ゆったりピククル ロールモザイク	ストラックアウト チャレンジ球技	輪投げ 寺子屋	ストラック frisbee	スカットボール Music Time		休み
<b>31</b> 棒体操 べにちゃん体操 (ipad)	運動プログラム 文化系プログラム 調理プログラム 外食 外出レク	専門プログラム 栄養講話 体重・血圧測定 個別活動	<p>・欠席の場合は9:30までご連絡ください。☎023-643-8228</p> <p>・コロナ感染拡大防止の為、手洗いの徹底、綺麗なマスクの着用、黙食などの感染対策のご協力をお願いします。</p> <p>・プログラムは状況に応じて変更しますので、ご了承ください。</p> <p>★デイケアの活動は、出来るだけ多くの方が楽しめるようにレクリエーション活動として実施しています。</p>			

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日	
						2 休み	
3	4 ストレッチ 一般と 美文字・ペン字 アサーション 一般と	5	6 筋トレ 一般と 季節の創作 wakka担当(1) 認知機能 バランサー wakka担当(1)	7 畑について wakka担当(2) わっ家 だんらん wakka担当(2)	8	9 休み	
10	11 棒ホッケー 一般と ピックルボール 一般と	12 	13 バレトン 一般と 季節の創作 wakka担当(1) 認知機能 バランサー wakka担当(1)	14 卓球 一般と テーブルゲーム wakka担当(2)	15	16 休み	
17 	18 レジン創作 wakka担当(1) 自主トレ ゆったいピックル 一般と アサーション	19	20 タスポニー 一般と 季節の創作 wakka担当(1) 認知機能 バランサー wakka担当(1)	21 クッキング(夏野菜カレー) wakka担当(2) わっ家 だんらん wakka担当(2)	22	23 休み	
24	25 コーンホール 一般と ピックルボール wakka担当(2)	26	27 サーキットトレーニング 一般と モルック 一般と 面談 wakka担当(2)	28 ボクササイズ 一般と わっ家 だんらん	29 	30 休み	
31	居場所 一般と 就労 wakka全体 v-cat	夏の雑学(海) 海はなぜ青いのでしょうか？ 答えは…海の中では「青い光」が最後まで吸収されず残るからなのです！ 【詳しい解説】 海水に光が差し込むと、光は海水に吸収されてだんだん弱くなります。一番波長の長い赤い光、次に黄色い光…という順に吸収されていくんです。一方、青い光はあまり変化しません。つまり、吸収されずに残った光＝「青い光」が海に浮遊するプランクトンや泥の粒に反射されて、海は青く見えるのです。幻想的ですね～。「空の色が反射しているから」と私は教わってきたのですが…違ったようです！					