

デイケア新聞

第5号
発行
ハートクリニック
デイケア

ハートクリニック デイケア
月～日曜日 開室
九時二十分～十六時三十分

精神科リハビリ豆知識

『認知機能障害』

症状の中に「認知機能障害」があります。集中や記憶、同時並行の作業が困難など、日常生活で困難さを感じます。何気ない行動を意識して行うことで立派なりハビリになります。例えば、メモを活用したり、紙に書いて手順を説明したりします。また、料理は認知機能のトレーニングとして効果的です(計画する、判断する、記憶する、集中する、作業効率を考えるなどの機能を使います)。



平成27年外出プログラム第4弾！ 小田原城のお花見に行きます。



外出プログラムはいつも月の半ばから後半が多いのですが四月は花が目的なので見頃でないということので四月入ってすぐの三日に行きました。お花見は桜の開花状況が気になり咲いているかな？散っていないかな？と予定を立てるのもやきもきしますよね。釜飯を食べて、花見をしながら天守閣に登る計画で予定通り(?)でかけました。小田原への外出は今年もう二回目。なんか小田原に縁がありますね。四月の外出プログラムことは又来月にもお伝えします。

またもや雨天でしたが……

……いや、もう行きました。



脳トレ



木曜日のプログラム“脳トレ”は、楽しみながら参加のできるプログラムのひとつです。脳カトレーニングといっても、“ひたすら〇〇をやる”という訳ではなく、遊びの要素が盛りだくさんで、やっているうちに熱中してしまう笑ってしまいうそんなプログラムです。



手先を使った運動や間違いない探し、クイズなど、楽しんでいるうちに色々な力を得ることができプログラムです。“ちょっと興味あるな”という方は、まずはデイケアへ来てみませんか？お待ちしております♪

明治神宮に行つて 来ました

三月十九日(木)、そぼ降る雨の中、スタッフを含め、総勢十四名で明治神宮に行ってきました。

大船駅からJR線に乗って出発。原宿駅に降り立つと、まずは竹下通りに繰り出しました！食べ歩きをしたり、

竹下通りならではのお店を覗いたり。そして、皆で明治神宮の杜をゆったりと散策しました。帰りは恵比寿駅から湘南新宿ラインに乗ってヒューンと帰ってきました！

