



2017年秋の恒例行事

バーベキューへ行こう！



台風接近？どうなる？

秋のさわやかな空気はどこへやら。なぜか長雨のこの季節ですが、デイケア恒例！秋のBBQが迫ってきました！場所は小菅ヶ谷北公園。木々に囲まれた自然豊かな公園です。設備もしっかりしていて、炭火や道具もちゃんと準備されているので安心なのです。デイケアのBBQの目玉といえば、何と言っても大量のお肉。これでもかというほど準備していくのですが、実は最近、ちよつとした変化が…。せつかく炭火で焼くなら、他の食材も香ばしく焼いて食べたい！量より質…。志向への転換というべきでしょうか。前回は、殻つきホタテを網に乗せて焼いたり、サーモンをアルミホイルでくるんでチャンチャン焼き風にしてみたり、なかなか通ってききました。果たして、今回はどんな食材が登場するのでしょうか。楽しみです！心配はただひとつ、お天気です。どうか雨だけは…。

デイケア新聞

第35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

喫茶たいむ



毎週火曜日の15時30分から19時30分は「コーヒー」「紅茶」「抹茶」をメンバーさんが本格的にいれてます。お話をしたり、ひとりで勉強をしたり、ゲームをしたり、まっ

パンダの名前は…



たりしたりまるで喫茶店にでもいるようなプログラムです。コーヒーにはカカオ90%以上のチョコレートが合うとか甘いチョコが良いとか、紅茶にはクッキーが、抹茶にはやはり和菓子だよね…。などお菓子をつまみながら午後のひとときを過ごしています。

「はじめまして、わたしパンダの香香って言います。」「こうこうじゃないですよ。」「しゃんしゃんと読みます。わたしに会いに来てね！」という声に誘われて、九月の外出プログラムは上野動物園とア

精神科リハビリ豆知識

『予防』

医療には、病気になるように予防する「予防医学」という考え方があります。一次予防は、マスクの着用など「未然に防ぐ」こと。二次予防は、健康診断を受けるなど、「早期発見」です。三次予防は、病状の進行を防ぎつつ機能を回復することです。病院に受診することはこれにあたります。

メ横散策に行ってきました。まずは、上野東京ラインでビュンと上野まで行き、到着後ランチタイム兼アメ横散策になりました。私としては、アメ横といえば、林家三平師匠でおなじみの二木の菓子やミリタリーショップでおなじみの中田商店などが思い出します…。懐かしいな…。私の青春時代…。そして、いよいよ上野動物園に突入しました。あいにく香香はまだお披露目でないので、会うことはできませんでした。しかし、永遠の人気者ジャイアントパンダを筆頭に様々な動物を見たり、写真を撮ったりと楽しみました。ちなみに私は虎とライオンが好きです…。寅年の獅子座なものでして…。今度は香香に会いたいな！

