

デイケア通信 4-5 月号

2020 年 5 月 26 日発行
リンクスメンタルクリニックデイケア
〒224-0001
横浜市都筑区中川 1-10-2
中川センタービル 303
TEL 045-912-5851

みんなで肉食べて元気だそう会

5 月 6 日はゴールデンウィーク最終日でしたが、デイケアではイベントを行いました。

午前中は新型コロナウイルス（COVID-19）に対する勉強会『正しく恐れる』とマスク作りを行いました。スタッフにサポートしてもらいながら一生懸命作りました。

お昼は、講義で学んだ 3 密対策を意識した距離や手指消毒を取り入れつつ、青山院長が焼いてくれたステーキを食べました。

午後はクレープ作りとストレッチを行いました。クレープ作りは初めての人も多く、試行錯誤しながら作りました。みんなで具材や飾り付けを話ながら出来て楽しかったです。

どのプログラムもいつものグループではなかったので、あまり喋った事がない人と話すきっかけにもなりました(*'▽')



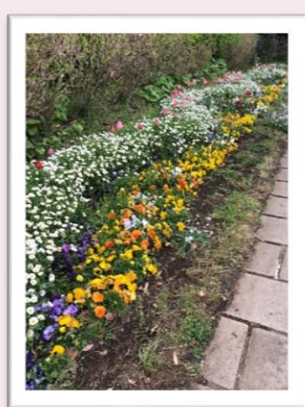
ウォーキング

午後のプログラムでウォーキングがてら山崎公園や得生公園・牛久保西公園などに行っています。『くさぶえのみち』を通るなどして、自分では行かない近隣の様子が見えます。

この状況なので、あまり外出が出来ていない中みんなで行くウォーキングは良い気分転換になります。

今の季節は気温的にも歩きやすく、お花がきれいに咲いていました。梅雨に入るまではみんなで色々歩いて散策していきましょう(*'▽')

おススメのルートがあったら教えてください。



調理レク

さくらの水羊羹を作りました。あんこの羊羹と透明な寒天の層の 2 層がとてもきれいでした。味もほんのりとした塩気が美味しかったです。

調理レクでは普段家であまり料理を作らない人でも出来る難しくないお手軽レシピなので色々な人が参加しています。

来月 6 月からは、午前の調理が復活するので調理レクは一旦なくなりますが、みやびプログラムのお抹茶会や、ヘルスプロモーションのヘルシーおやつ作りは引き続き継続して行っていく予定です。

