



リンクス スマイル通信

2017年8月・9月号

2017年9月29日発行
リンクスマ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



余暇プログラム～焼肉～

8月12日に院長先生と一緒に日吉病院のデイケアメンバーと合同でお昼に焼肉を食べに行きました。費用は病院負担で、彩菜たっぷりヘルシーランチを食べました。写真よりもビビンバが大きい丼のお皿で、焼肉もボリュームがあっておいしかったです。食後に和風きなこバナラアイスも食べることができ、とても楽しかったです。



室内ゲーム

Wiiスポーツでボーリングやベースボールなどを行っています。みんなでチーム戦にしたり、一人ひとり交替しながらプレイしています。本物のボーリングよりもストライクやスペアがとりやすいのでいつもより点数が高くてとても面白いです♪



お誕生日メニュー

ピザトーストは、厚切りのパンの上に色とりどりの具材がたくさん乗っていて、ボリューム満点でした。コーンスープは、牛乳を使いほんのりクリーミーな仕上がりになりました。サラダは、季節の新鮮野菜を7品目使ってごまドレッシングをかけていただきました。



第5回学習プログラムの紹介



不安CBTプログラム

普段生活していると不安に襲われて、どうしたらいいかわからず一人で悩むときがあるかもしれません。そんなときは不安な悩みがある人の意見を聞いて他の考え方がないかを学び少しでも不安を減らしてストレスなく生活するのに役立てることができます。

