

# デイケア新聞

第28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  
月々日曜日 開室  
九時二十分～十六時三十分

## 今年はいよいよ三崎まで行って来ます。

D子「いや〜すっかり春なってきたね・・・春と言えば何を思い浮かべる？」

C子「何だろう?...桜・梅・卒業式・入学式・デイケアのイチゴ狩り！」

D子「デイケアのイチゴ狩りって...C子あんた...」

今月のデイケアの外出プログラムは、イチゴ狩りに行きます！しかも、あまりデイケアの外出プログラムで行かない三浦半島！きつと三浦半島の温暖な気候で栽培されたイチゴはさぞかし美味しいでしょう...でもハウス栽培か？あまり味は変わらないのか？是非行かれた方のレポートを期待します。ちなみに私はイチゴに練乳をつけた派ですが、皆さんはいかがですか。あと私は以前イチゴ狩りに行った時、三十分で五十個食べました...というか五十個以上は数えるのが面倒になってやめました。

大食いレポートも楽しみですね...というわけで三月二十三日(木)に行きます。



## 脳内の若返り

木曜日のプログラム「授業」では、小・中学校の授業の雰囲気を実際に行っているプログラムです。目的は、ズバリ脳内の若返り！日直さんの号令で始まり、号令で終わる。そして、国語や社会などのドリルをやったり、日本のアニメなどの教科書(頑張って作

っています)を使って授業っぽいことをしたり、抜き打ちテストをしたりと様々です。“あぁこんなことやってたなあ”とほっこりしたり、懐かしみながら楽しんでいきます。



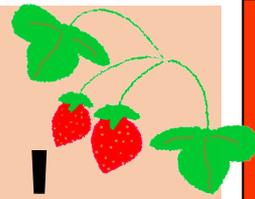
## 築地に 行ってきました♪

二月の外出プログラムで築地に行ってきました。大船駅を出発して東海道線、都営地下鉄と乗りついで東銀座で降りました。急に銀座のビルの谷間に降り立ち、都会の空気にちょっとウキウキ！

「お薬手帳」  
自分が使っている薬についての情報を記録できる手帳のことです。副作用歴、アレルギー、過去にかかった病気、体調の変化などについても自由に記載ができるため診療に役立てることが出来ます。ドラッグストアやコンビニで購入した薬やサプリメントの名前などを記入することも推奨されています。

### 精神科リハビリ豆知識

歌舞伎座の前を通り、まずは1つ目の目的地、築地場外市場を目指し歩きました。そこで即解散、自由行動となりました。一人で目的のお店に向かう人、数人で地図を見ながらウロウロする人、それに食べ歩きをしたり、買い物を楽しみました。あつと言っ間の集合時間。次は二つ目の目的地浜離宮浜離宮恩賜庭園に向かって移動です。広い庭園では菜の花が色付き始めていました。大気が不安定な日が続いていた二月でしたが当日は天気に恵まれ楽しい旅になりました。



# 2017年外出プログラム第3弾！ 春だ！いちご狩りだ！