



2017年外出プログラム第6弾！

ちょっとおしゃれに？ランチバイキング

デイケア新聞

食べて・・・見て・・・

六月の外出プログラムは「横浜国際ホテル」ホテルランチに行きませう」で、横浜国際ホテルのランチバイキングとイングリッシュガーデン散策です！

横浜駅から徒歩五分のところにある、ハートクリニック横浜からも近い横浜国際ホテル「バイキングレストランオーク」のランチバイキングはローストビーフ、月替わりのミルフィーユ、五穀米のリゾットなど三十種類以上のお料理をいただけること♡

また、イングリッシュガーデンは薔薇の庭園の印象が強いですが六月はアジサイ、パンジー、ハーブなども見頃とのこと！横浜駅から無料送迎バスも運行しているため、移動中に食後の一休みが出来る楽しさを感じていただきましたが、きちんと調べてみると・・・なんと水曜日は無料送迎バスが運休とのこと。食後の運動も兼ねてみんな

素敵な薔薇に魅了されロザリアン（バラ愛好家）になってしまうかもしれませんね！

ていきます。

一体感を
感じてみない？

毎週金曜日の十五時三十分から十六時三十分までの一時間、茶話会というプログラムを行っています。スタッフKさんのセレクトしたお菓子（別名Kセレクション）と飲み物を飲食しながら、話をしている



第31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

きます。他のミーティング系プログラムとは違い、テーマも何もないので、思いつくまま、ゆるーい雰囲気です。話をしていきます。しかし、そのためか、ついつい話は脱線したり、あちこちに飛んだりしています。まあ、それもこのプログラムの魅力だと思えますが・・・しかし、このプログラムで大切なことが一つだけあります！それは、「一体感を大切に」ということです。この理念があるせいか、ゆるい中にも皆で場を共有している感じが出るのかなと思っています。

五月二十五日（水曜日）、デイケアでは、恒例のBBQに行ってきました！この日は、待ちましたとばかりの晴天。当日は、荷物運びから始まり、お肉や野菜、飲み物・・・etcなこせ大量。

BBQに 行って来ました



いくつかのクーラーボックスや買い物袋をみんなで分けて持って、いざ出発！バスに乗りこむのです。現地でもまた、役割分担があり、やっぱり男性メンバーは汗だくになっての火熾し。その間に女性メンバーは食材の準備と、手慣れたものの。そして、ようやくBBQの開始です。

食材のメインはみなさんが愛してやまない「お肉」でしたが、いつもと違ったのはズバリ！質。若干、量を控えるためにかわりに松〇牛なる高級肉も用意。脂ののったお肉を炭火で焼いて、ワイワイと食せばおいしくないわけがありません。おいしい食材と一緒に、メンバーさんの笑顔が弾けるBBQは、なくてはならないデイケアのひとつまなびでした。

『五大疾病』

精神科リハビリ豆知識

五大疾病とはがん、脳卒中、急性心筋梗塞、糖尿病の四大疾患に新たに精神疾患が加わったものを指します。地域の医療計画に盛り込むべき疾患として厚生労働省が指定したものです。精神疾患の患者数は300万人を超えて四大疾病で最も患者数の多い糖尿病患者数を上回り、見過ごすことのできない疾患として追加されました。

