

デイケア新聞

第36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

精神科リハビリ豆知識

『アロマテラピー』

一般的に植物から抽出した精油を使用した自然療法を指します。ストレスがたまってイライラするときに…。気分が落ち込んでいるときに…。アロマテラピーは私たちの生活を豊かにしてくれる手段のひとつ。上手に取り入れることによって、心の健康を増進するのに良い影響を与えるとされています。

恋と遊びの楽園♡

十一月の外出プログラム先は・・・「八景島シーパラダイス」です。

八景島には、七百種類、十二万点の生き物たちが生活する日本最大級水族館の「アクアミュージアム」、海の生き物たちと触れ合える「ふれあいラグーン」、海育をコンセプトにした「うみファーム」、イルカたちがいる「ドルフィンファンタジー」の4つの水族館があります。また、水族館だけでなくバイキングやジェットコースターなど十五種類ものアトラクションがあります。八景島に入るのに入園料はかからないので、八景島を散策するなど島の雰囲気を楽しむということも出来ちゃいます♪お土産屋さんも二十店舗近くあり、ウインドウショッピングをして過ごすのも楽し

そうです。パンダイルカとも言われている「イロワケイルカ」が見られるのを楽しみに行って参ります♪



「働く」とは・・・



とは・・・

毎週月曜日の15時30分から16時30分までの1時間、就業ミーティングというプログラムを行っています。以前お伝えした茶話会は、お菓子と飲み

秋のバーベキューが 開催されました



とを考えていきたいと集まった者同士、皆で場を共有している感が出るのかなと思っています。なかなか文章では伝わらないのが雰囲気ですので、是非一度体験してみてください。お待ちしております。

心配されたお天気も何のその。BQ当日は澄み渡る青空の晴天に恵まれ、BQ日和になりました。当日は、食材のつまったクーラーボックスをかついでバスに乗って

小菅ヶ谷北公園まで運びます。これもみんなでおいしいお肉を食べるため。頑張れるというものです！現地では、役割分担して着々と準備が進みます。乾杯の合図とともにBQスタート。今回は、お肉はもちろんです、牡蠣や鮭をぜひたくさん揃えて、ホイール焼きでいただきました。お肉にも変化を加え、ステーキ用の和牛サーロインも炭火で香ばしく焼きます。女性陣に好評だったのは、焼きマシュマロ。季節のフルーツも食後のデザートとして、BQの締めを飾りました。気分もおなかも大満足で帰ってきました♪



2017年11月外出プログラム 八景島シーパラダイス