

# 2017年恒例イベント

## 6年ぶり！デイケア室での納涼会！



### 雨がちな夏も関係なし！

八月のデイケアイベントは納涼会です。今年は八月二十九日（火曜日）です。

昨年までは年に二回はデイケアを飛び出して鎌倉芸術館でのイベントでした（納涼会とクリスマス会）が今年の納涼会は鎌倉芸術館が大規模改修で使用できません、そこでデイケアでの開催となりました。

二〇一一年の納涼会まではデイケアで行なっていたものですが当時を知るメンバー・スタッフも少なく、イメージがつかないのです。

飾り付けやゲーム、食事のことなど話し合いをしたり準備を進めています。場所が狭いのは言うまでもありませんがその分慣れたところで行なうことも魅力です。久しぶりに食べ物は焼きそば、焼き鳥、たこ焼き、フランクフルトなどみんなで手作りします。もちろん最近の定番カップ寿司、冷やしき

# デイケア新聞

第33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

ゆうり、かき氷もありますよ。ゲーム系は射的、輪投げ、ヨーヨーつりなど夏祭りには欠かせないものばかり。楽しい出し物もあるかな？

今年は雨の多い夏ですが、暑い夏祭りになるか楽しみです。



### ビジネスのマナー

毎週木曜日午前十分から十一時まで、メインルームで『ビジネスのマナー』を行っています。ビジネスの場面で知っておいたほうがいいマナーや、実際に行ったほうが

良いとされているマナーについて講義形式やカードゲーム形式などで行っていきます。『ビジネスのマナー』としてはこうだけれども実際の場面には出来ないよね」といことを体験談として皆さんにお話していただくこともあります。プログラム名としては『ビジネスのマナー』ですが、生活場面で活かせることもあり、知っておいて損はないと思います。ぜひ、ご参加ください！

### 行ってきましたよ！

羽田空港国際線旅客ターミナルへ行ってきました。道中はアレコレ話に花が咲きつつ、気がつけば電車の窓からは飛行機が小さいころは、「飛行機を連続して百機見れたら良い」とが起きる

#### 精神科リハビリ豆知識

### 『睡眠時無呼吸症候群』

眠っている間に呼吸の止まる病気で、頭文字をとって「SAS(サス)」とも言われます。十秒以上、気道の空気の流れが止まった状態が無呼吸で、無呼吸が一晩に三十回以上、または一時間あたり五回以上なら睡眠時無呼吸です。体の不調にもつながり、うつ病の原因のひとつとなったりする事もあるようです。

必死になって数えていたものです。（アレ？！皆さんは聞いたことがない？）そして、いよいよ旅客ターミナルの江戸小路へ！国際線という事もあり、海外から日本に来ている方、帰る方もいましたね。江戸に外国人とは、不思議な感覚もありましたが、まあそれも含めて古き良き日本を満喫できたかなと思います。江戸時代に生きていた訳ではありませんが、何か落ち着く…とお茶をすりつつ、ゆったりとした時間を堪能。帰りは展望デッキで飛行機を数えましたよ！！ジェット機の迫力にフェンスわじつかみでしたが！

