



～ フレンズ便り 12月～



<お知らせ>

12月より細木ユニティ病院ホームページのデイケアのページが、
リニューアルします!!

プログラム予定表や、活動内容など詳しく紹介していますので、ぜひのぞいてみてください。
また新たに、ブログ『**こんにちは デイケアフレンズです**』と、フレンズの**Instagram**を
始めました！

日々の活動の様子を随時更新していきますので、こちらも要チェックです！

◎細木ユニティ病院のホームページより「デイケア」をクリックして下さい
ブログ、Instagramは下のマークをクリックしてね♪



<プログラムの紹介>

11月より新プログラム「**ひらめき☆スイッチ**」が始まりました！



【あなたはこんなことを思うこと、多くないですか？】

私のせいでこんなことに・・・

他人の言葉でしょっちゅう
気分が落ち込む・・・

これはこうに違いない！！

こうするのが普通でしょ！

このプログラムでは、自分の考え方の癖や先入観に対して、新たなひらめきや、ものごとを
いろいろな角度から考えられるような練習ができます。

8つのテーマに取り組み、簡単なクイズをおりませながら、気軽に楽しく練習できる内容になっ
ています。

< 概要 >

木曜午前 (隔週)

10:15～11:15

1クール 10回



～ フレンズ便り 1月～



<プログラムの紹介>

『野菜生活』はじめました！

5階屋上で、園芸活動を始めました。野菜を種や苗から育てています。土いじりをするとストレス発散になったり、いい運動にもなりますよ♪

育てた野菜は、「クッキング」「男の料理」など調理プログラムで使用する予定です。

『育てる』～『作る』という一連の作業をみんなで取り組み、おいしくいただきたいと思います♪ (^ ^)

たくさん収穫できるといいな～～☆



Before 草もびっしり、土もカチカチ・・・



←イチゴも
植えてみました★



↓ **After**

土もふかふか！うねも出来たよ♪

<お知らせ>

12月より細木ユニティ病院ホームページのデイケアのページが、**リニューアル**しています!!

プログラム予定表や、活動内容など詳しく紹介していますので、ぜひのぞいてみて下さい。
また新たに、ブログ『**こんにちは デイケアフレンズです**』と、フレンズの**Instagram**を始めました！

日々の活動の様子を随時更新していきますので、こちらも要チェックです！

◎細木ユニティ病院のホームページより「デイケア」をクリックして下さい。
ブログ、Instagramは下のマークをクリックしてね♪