



農耕・園芸



5月
12日 火

5月
20日 水

5月
26日 火

病院の裏にある畑を起し、玉ねぎの苗と大根の種、かぼちゃの苗を植えました。今年も裏山で鹿が数頭目撃されており、畑が荒らされないことを願うばかりです。



5月
12日 火

ベランダにプランターを準備し、ハーブの種まきをしました。「レモンバーム」「バジル」「ルッコラ」「青じそ」「レタス」の5種類です。すぐに芽をだしました。



5月
13日 水

メンバー様と共に花苗を買いに行き、一緒にデイケア玄関前の花壇に植えました。みんなで今年の花畑レイアウトを決めました。

New

DIZAP - デイザップ -

「学習」「運動」「調理」の視点から学ぶ、ダイエットプログラム。



※イラストはイメージです。

これまでの生活を振り返り、基礎代謝と摂取カロリーのバランスを学びます。その後ダイエット効果のある「運動」と「調理」を学び、実践していくプログラムです。

Re start

ココロラボ

2年ぶりに再開したプログラム。



ココロラボとは、臨床心理士をお招きし、コミュニケーションスキルを振り返り学習する、心理教育プログラムです。

New

ひまわり卓球大会



今回初めてひまわり卓球大会を開催し、男女に別れてシングルのトーナメント戦を行いました。普段とは違う緊張感の中、特に決勝戦では白熱した試合となり、大変盛り上がりました。