

ダンデライオン

平成28年4月号(第39号)



今年は春の訪れが早く、そこかしこから草木の芽がでたり春の山菜を採ったり、と楽しんでいます。3月のデイケアは久しぶりに本格的な調理実習に挑戦しました。炊き込みご飯、マーボー豆腐、にらとえのきのスープ、バンバンジー風サラダの4品です。実はこの4品、栄養科から糖尿病患者向けの食材を頂いたもので作りました。当デイケアのメンバーさんの中にも、既になっている人も予備群と言われる方もある程度



いるのでよい勉強になりました。いつものようにグループ分けして、調理に取り掛かります。今回は人数が少ないため1人の作業量が大きいのですが、逆に集中力がアップしたようです。炊飯器のトラブルがありましたが無事に時間通りに完成しました。糖尿病食を意識して薄味にしたものの、「全体的にバランスよくまとまっていた」と好評でした。

4月は買い物ツアーとして北秋田市街地のショッピングモールへ出かけます。デイケアでは、この日のために金銭管理の勉強をしてきたので、買い物をするためにどのように節約するか、勉強の成果を発揮するチャンスです。

北秋田地域ではまだまだインフルエンザが流行中ですので、温かくなったとはいえ、寒暖の差に注意して体調管理に努めたいものです。
(文責：藤田 裕太郎)

精神科デイケア 4月 予定表

水	木	金
.....	1 書道/園芸 フリープログラム
6 創作活動 音楽鑑賞	7 園芸 スポーツ 	8 ミーティング ウォーキング
13 調理実習/反省会 フリープログラム	14 DVD学習会 ウォーキング	15 年間行事 (社会科見学)
20 創作活動 ウォーキング	21 園芸 スポーツ	22 ウォーキング/学習会 感想と予定
27 年間行事(花見) ミーティング	28 園芸 創作活動	29 休診 


※ 本誌に掲載している写真については、ご本人の了解を得ていることを付け加えます。

<メンバーさんへお願い>

当院の敷地内は**全面禁煙**となっております。過去には他病院でタバコの火の不始末から火災になり死傷者が出たケースや、倉庫に保管していた書類が全焼したケースがありました。皆様の健康と安全のためにも、**禁煙**にご協力よろしくお願ひします。



北秋田市民病院 精神科デイケア<ダンデライオン> 水、木、金の午前8時30分～午後3時
ご利用につきましては、まずは主治医にご相談ください。
見学等のご希望がございましたら、下記の連絡先へお願ひいたします。

 秋田厚生連
北秋田市民病院

〒018-4221 秋田県北秋田市下杉字上清水沢 16-29
TEL:0186-62-7001 (代表) FAX:0186-78-9500
URL: <http://www.kitaakita-hp.jp/>