

佐渡総合病院デイケア

こすもす通信 11月号

発行日：令和6年10月31日

佐渡総合病院デイケアこすもす スタッフ一同

～スタッフより～

朝夕に秋の爽やかな空気を感じるようになりましたが、いかがお過ごしでしょうか。

佐渡総合病院デイケア「こすもす」では、9月に引き続いて10月も太鼓プログラムを実施し、頭と体のエクササイズに取り組みました。

また、今月もデッサンやコグトレ、習字といった頭を使うプログラム、筋トレやストレッチといった体を使うプログラムなど、みんなで心と体の健康増進に努めました。

そこで、今回も10月に実施したプログラムの一部の様子をご紹介します♪



## 10月に実施したプログラム



### 手縫いバッグ作成



↑作品制作の時間を使って手縫いバッグを作りました！

### 習字プログラム



↑習字はみんな集中しながら書いています

### 全体作品制作



↑参加者全員で協力し、大作が完成しました♪

### 【11月の行事予定】

- ・カードゲーム：5日・7日・29日
- ・調理：12日・15日
- ・コラージュ：21日
- ・音読会：8日・28日
- ・習字：5・8・12・19・22・26日
- ・コグトレ：25日・29日
- ・映画鑑賞：25日