

精神科デイ・ケア 4月プログラム

精神科デイ・ケアとは、地域でよりよい生活を送っていくその一環として行われる精神科リハビリテーションの一つで、大集団～小集団～個別など様々なグループ人数で活動をする場所です。

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
AM	オープン粘土①	プラモ入門	お花見ウォーキング	ガーデニング+	たまにはカラオケ
		ビーズ手芸	大人の塗り絵	創作/自主	
PM	昭和クイズ	ボクササイズ からのTea time	お花見レク	Dタイム	ツタヤへ行こう
					エコクラフト①
	9	10	11	12	13
AM	オープン粘土②	テーブルゲーム	目指せオセロ王	ガーデニング+	ハモペラ⑧-2
		デイケア広報部	お花見お疲れ会	創作/自主	ペン字・語学
PM	座ってできる運動	書道で自己表現	ダイエット部	利き〇〇大会	ストレッチ→ヨガ
	将棋の準備	心理講座⑦	脳トレ	創作/自主	エコクラフト②
	16	17	18	19	20
AM	簡単！棒体操	スタンドアート	みんなでコラージュ	ガーデニング+	ハモペラ⑧-3
	せるふまねじめんと①	就労へのみち①	読書のススメ	創作/自主	レインボーカード
PM	ゆるっと室内レク	火曜卓球	THE談会	サカタへ行こう	ボードゲーム
			禅の世界	創作/自主	STEP UP①
	23	24	25	26	27
AM	はじめての将棋	ドミノdeバトル	手工芸サークル	ガーデニング+	ハモペラ⑧-4
		デイケア広報部	くらしのキホン①	創作/自主	組み紐づくり
PM	ストレッチ→エアロビ	懐メロ同好会	がっつりウォーキング	麻雀カードゲーム	ストレッチ→筋トレ
	懸賞にチャレンジ	心理講座⑧	ツボ・ハーブティー	創作/自主	DCぷろじえくと①
	30				
AM	休日				
PM					

<1日のスケジュール>

(午前) 9:00 病院着 → 9:30 検温診察 → 9:30 ラジオ体操 → 9:45 朝のミーティング → 午前のプログラム

(午後) 12:00 昼食・休憩 → 13:15 午後のプログラム → 掃除 → 15:30 夕のミーティング → 終了

- ・色付きのプログラムは継続プログラムです
- ・プログラムへの参加は、お勧めはしますが、必ずしも強制ではありません