

精神科デイ・ケア 11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。

			木	金		
			1	2		
AM	PM		ガーデニング+	ハモペラ⑨-8		
			創作/自主	算数ドリル・脳トレ		
			カードゲーム	チューブ筋トレ		
			創作/自主	はろー！WORK②		
5	6	7	8	9		
AM	PM	ボードゲーム	合同作品展	ハモペラ⑨-9	ガーデニング+	ハモペラ⑨-10
					創作/自主	俳句・川柳
PM	Dタイム	パタンク・ゴルフ	ガラス絵具	簡単ストレッチ	久しぶりの 都道府県クイズ	
		デイケア広報部	レクの室内運動	創作/自主		
12	13	14	15	16		
AM	PM	健康セミナー	合同作品展	ハモペラ⑨-11	ガーデニング+	ハモペラ⑨-12
					創作/自主	ペーパークラフト
PM	縁日遊び	ギャンブル王決定戦！	サーキットトレーニング	エッグキャッチ大会	手工芸サークル	
		心理講座⑧	せるふまねじめんと②	懸賞にチャレンジ	創作/自主	ハローワーク⑦
19	20	21	22	23		
AM	PM	初めての将棋	合同作品展	ハモペラ⑨-13	ガーデニング+	勤労感謝の日 お休みです
					創作/自主	
PM	外で運動しよう！	がっつりウォーキング部	アロマ石鹸作り	ゆったりヨガ		
		本気の塗り絵	デイケア広報部	ダイエット部	創作/自主	
26	27	28	29	30		
AM	PM	レインボーアート	簡単キーホルダー作り	ハモペラ⑨-14	ガーデニング+	ハモペラ⑨-15
					創作/自主	一日プログラム 写真撮影会
PM	割りばし細工	火曜卓球	買い出しウォーキング	サカタに行こう！		
		心理講座⑨	せるふまねじめんと③	禅の世界	創作/自主	クリスマス飾りを作ろう

<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