

精神科デイ・ケア 12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
	3	4	5	6	7
AM	キャッパー&ジェンガ 懸賞にチャレンジ	合同作品展	ハモペラ⑨-16	ガーデニング+	ハモペラ⑨-17
				創作/自主	なぞり絵
PM	簡単ストレッチ 心理講座⑩	Dタイム	ボクササイズ ゆび編み	カードゲーム 創作/自主	座ってできる運動 はろー！WORK③
	10		11	12	13
AM	ゲームで話そう	合同作品展	ハモペラ⑨-18	ガーデニング+	DC紅白歌合戦
				創作/自主	はじめての刺し子
PM	年賀状づくり マンガ部	久々エアロビ せるふまねじめんと④	OT合同 クリスマス会	年末卓球大会 創作/自主	写真撮影コンテスト 〇〇検定・ペン字
	17	18	19	20	21
AM	しっかりウォーキング ペーパークラフト	合同作品展	クリスマス創作 (モール細工)	ガーデニング+	ハモペラミーティング
				創作/自主	買い出しウォーク
PM	わたしのレコード大賞 心理講座⑪	ボードゲーム デイケア広報部	ダイエット部 大人の塗り絵	新：eスポーツ 創作/自主	簡単切り絵細工 ハローワーク⑧
	24	25	26	27	28
AM	祝日	書道：今年の一文字 せるふまねじめんと⑤	クイズバトル 今年のニュース	ガーデニング+	毎年恒例 すっきり断捨離
				創作/自主	
PM		デイケアだけの クリスマス会	茶話会 (マイニュース) 正月飾りをつくろう	ガーデニングお疲れ会 創作/自主	年忘れ ☆ビンゴ大会☆
AM					
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