

精神科デイ・ケア 6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	土
AM						1
PM						ダーツ & ゲーム
	3	4	5	6	7	8
AM	射的ゲーム	もの作りカフェ 漢検・英検	懸賞にチャレンジ チェス	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-8 つまみ細工	カラオケカフェ
PM	公園へ行こう	レインボーアート エアロビ	Dタイム	ハモペラ⑪-7 創作/自主	笑い同好会 チューブ体操	散歩
	10	11	12	13	14	15
AM	切り絵	和菓子作り① ジグソーパズル	アイスの棒小物①	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-10 癒しのコケ玉	e-スポーツ
PM	音楽鑑賞	卓球 デイケア広報部	足裏マッサージ	ハモペラ⑪-9 創作/自主	ハローワーク② もの作りカフェ	なぞり絵
	17	18	19	20	21	22
AM	脳トレ	和菓子作り準備 簡単カルトナージュ	風船バレー 塗り絵	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-12 タオルポーチ	カラオケカフェ
PM	ゆったりウォーキング	和菓子作り② パタンク	体幹トレーニング	ハモペラ⑪-11 創作/自主	ガラス絵の具 ボクササイズ	ボードゲーム
	24	25	26	27	28	29
AM	アイロンビーズ	カラオケ	アイスの棒小物②	ガーデニング+ 創作/自主	藍染	e-スポーツ
PM	椅子ストレッチ	買い出しウォーキング デイケア広報部	ちょっと変わったゴルフ	ハモペラ⑪-13 創作/自主	ハンドマッサージ サーキットトレーニング	自分のタネ

<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