

# 精神科デイ・ケア 7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
	1	2	3	4	5	6
AM	どきどき ジェンガ	初心者歓迎！ チェス勝負	音楽鑑賞	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-15 つなげて塗り絵	快適ダーツ
PM	七夕飾り作り	ペン字 禅の世界	リラックスヨガ 懸賞チャレンジ	ハモペラ⑪-14 創作/自主	Dタイム	アイロンビーズ
	8	9	10	11	12	13
AM	パタンク	暑中見舞い作り	UNO・トランプ でバトル	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-17 デコパージュ	土曜散歩
PM	上半期 ニュース大賞	椅子ストレッチ デイケア広報部	手工芸サークル	ハモペラ⑪-16 創作/自主	続・笑い同好会 筋トレ部	e-スポーツ
	15	16	17	18	19	20
AM	海の日	大人の塗り絵 近場でウォーキング	夏といえば うちわ作り	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-18 切り絵	カラオケ
PM	<b>休み</b> 	ゲーム&かき氷	マナー講座 ダイエット部	病院夏祭り	ハローワーク③ 水墨画	カードゲーム
	22	23	24	25	26	27
AM	水彩画	割り箸鉄砲で 遊ぼう	キャップでミニ帽子 オセロ&将棋	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-19 テーブルゲーム	シャッフルゴルフ
PM	座ってできる 運動	プラモデル デイケア広報部	折り紙 ボーリング	健全麻雀 創作/自主	デイケア夏祭り	土曜も 懐メロ同好会
	29	30	31			
AM	カラオケ喫茶	世界一周！ ワールドクイズ	砂絵 ボードゲーム			
PM	買い出しウォーキング 刺し子で集中	ペーパークラフト マナー講座	水曜卓球			

## <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