

## 精神科デイ・ケア 9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
	2	3	4	5	6	7
AM	ボードゲーム	ギャンブル王は君だ！	オセロ・将棋 そしてチェス	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑫-1 書道	カラオケ
PM	Dタイム	懸賞チャレンジ リフレクソロジー	お菓子作り会合 &ダンスサイズ	チューブ体操 創作/自主	合同作品展 創作/自主	ゲーム
	9	10	11	12	13	14
AM	脳トレパズル	カードゲーム	検定・ペン字 調理の買い出し	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑫-2 エコクラフト①	ペタンク
PM	優しい筋トレ 大人の塗り絵	みんなで貼り絵 デイケア広報部	お菓子を作ってお茶会	ガラス絵の具 創作/自主	合同作品展 創作/自主	名曲喫茶
	16	17	18	19	20	21
AM		木工でゲーム作り	カラオケ	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑫-3 エコクラフト②	ダーツ大会
PM		集中！切り絵		かるた大会 創作/自主	ハローワーク 体幹を鍛えよう	
		マナー講座②	グルメクイズ			ゲーム
		ストレッチ				
	23	24	25	26	27	28
AM		シャッフルボード	ハーバリウム 集中なぞり絵	ガーデニング+ 創作/自主	利き〇〇	カラオケ
PM		ティータイム デイケア広報部	買い出しウォーキング ペーパークラフト	どきどきジェンガ 創作/自主	合同作品展 創作/自主	ウォーキング
AM	懐かしのメロディー					
PM	月曜卓球					

### ＜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