

精神科デイ・ケア 2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
AM					お面作り	カラオケ
					懸賞にチャレンジ	
PM					豆まき&ゲーム	デイケアーズカフェ
	4	5	6	7	8	9
AM	みんなでドミノ	合同作品展見学	大空プロジェクト	ガーデニング+	合同作品展見学	土曜日散歩
				創作/自主		
PM	軽めのストレッチ	卓上カーリング	飛行機飛ばしGO!	Dタイム	太極拳	ゲーム
	心理講座①	はろー！WORK②	大人の塗り絵		せるふまねじめんと②	
	11	12	13	14	15	16
AM	建国記念日 休み	合同作品展お疲れ会	カラオケ	ガーデニング+	ペン字で集中	eスポーツ
			刺し子	創作/自主	ひな飾りを作ろう	
PM		カードゲーム	ツボ&ハーブティー	ハローワーク⑩	金曜卓球	貼り絵③
	デイケア広報部	チェス準備	創作/自主	創作/自主		
	18	19	20	21	22	23
AM	朝活脳トレ	立体パズルにチャレンジ	初めてのチェス	ガーデニング+	将棋&オセロで勝負	シャッフルゴルフ
				創作/自主		
PM	ボードゲーム	椅子ヨガ	ダイエット部	ウォーキング	冬のスタンドアート	カラオケ
	心理講座②	はろー！WORK③	禅の世界	創作/自主	せるふまねじめんと③	
	25	26	27	28		
AM	癒しのパステル画	イントロクイズ	ペーパークラフト	ガーデニング+		
			ラポールへ行こう	創作/自主		
PM	ボーリング大会	買い出しウォーキング		マシュマロチャレンジ		
		デイケア広報部	懐メロ同好会	創作/自主		

<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