

精神科デイ・ケア 5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						
PM						
		7	8	9	10	11
AM		初心者歓迎 チェスor将棋	懸賞に チャレンジ	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-4 大人の塗り絵	ゲーム
PM		Dタイム	久々☆女子会 シャッフルゴルフ	健康麻雀 創作/自主	令和の歌会 ペーパーフラワー	土曜散歩 創作/自主
	13	14	15	16	17	18
AM	昭和遊び	エコクラフト① ゆったりウォーキング	ツタヤへ行こう 木目込み細工	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-5 ピンポンダーツ	カラオケ
PM		棒体操	懐メロ同好会	ボードゲーム & カードゲーム	タイル細工 創作/自主	
		心理講座⑦	デイケア広報部		レインボーアート	創作/自主
	20	21	22	23	24	25
AM	キーホルダー づくり (プラ板)	テーブルゲーム (卓上カーリング など)	簡単スタンドアート パズルで集中	ガーデニング+ 創作/自主	ハモペラ⑪-6 がっつりウォーキング	室内ボーリング
PM		茶話会	ハローワーク①	茶道でまったり 創作/自主	思い出の写真展	
		禅の世界	公園へ行こう			創作/自主
	27	28	29	30	31	
AM	買い出しウォーキング	エコクラフト②	たまには 水曜カラオケ	ガーデニング+ 創作/自主	みんなで 体力測定!	
PM	ガラス絵具	ボードゲーム	ダイエット部	ギャンブルゲーム	金曜卓球	
	ペタンク	書道	スイーツデコ	創作/自主	なぞり絵	

<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