

精神科デイ・ケア 12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	チューブ 体操	ストラックアウト	今年一年振り返り クイズ大会	ガーデニング+	ハモペラ⑫-10	eスポーツ
		組紐ミサンガ		創作/自主	アイロンビーズ	
PM	冬の紙版画 ボードゲーム	机の上で 何か	ダンスサイズ 手工芸	Dタイム	合同作品展	土曜散歩
	9	10	11	12	13	14
AM	年賀状を作ろう	ガラス絵具	懸賞チャレンジ	ガーデニング+	ハモペラ⑫-11	変わった ゴルフ
			師走の川柳	創作/自主	羊毛フェルト	
PM	カラオケ	シャッフルボード デイケア広報部	公園で運動しよう	射的 ゲーム	OT合同 クリスマス会	ボードゲーム
	16	17	18	19	20	21
AM	朝ヨガ	買い出しウォーキング	デコパージュ	ガーデニング+	ハローワーク	ペタンク
	脳トレ	カードゲーム		創作/自主	合同作品展	
PM	卓球	私の レコード大賞	ボクササイズ ボードゲーム	ガーデニング お疲れ様会	ハモペラミーティング 正月飾り作ろう	カラオケ喫茶
	23	24	25	26	27	28
AM	今年の一文字 (習字)	クリスマス会準備	風船バレー	ガーデニング+ 創作/自主	令和の断捨離	ボーリング
PM	ゆったりウォーキング 大人の塗り絵	デイケア クリスマス会	今年のニュース大賞 ダーツ	カードゲーム	年忘れ ビンゴ大会	ゲーム 喫茶
	30	31				
AM	   					
PM						

<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