



リハビリコースについて

就労、復職、復学、家庭での役割復帰といったものを目指す目標志向型コースができました。

☆ 自分の疾患に対する理解を深め、うまく付き合っていく方法を知る

☆ 自分の性格傾向などを見つめる機会を持ち、自己理解を深める

☆ 将来自分に何ができるか、目の前の活動を通じて適性などイメージをもつ機会とする

これらがより促進されることを目指します。「リハビリ」と表記のある枠のプログラムに取り組み、

あわせて「目的・体調確認」「本日の振り返り」を行うことで、目的・目標に向かう意識を高めていきます。

振り返りBAY

2020年のシーズンがスタートしました!! その初戦を振り返り、今年の横浜BAYスターズについて、熱くあつく語り合い、BAYスターズ愛を深めます～

コラージュ

写真や絵、文字などを、新聞・雑誌などから切り抜き、画用紙などの台紙に貼って1つの作品にします。自分を表現したり、新しい自分の発見ができるかもしれません。

令和 2年 3月 デイケアプログラム

		月			火			水			木			金			土								
		2※お楽しみ※掃除			3			4			5			6			7								
AM	目的・体調確認				目的・体調確認			目的・体調確認			みん トレ!!!			目的・体調確認			ミニ わくスポ								
	振り返り ミーティング	みんな トレ!!!	自主 活動	リラクセー ション	自主 活動			卓 球			Let's♪ みゆーじっく			自主 活動			自主 活動								
PM	振り返り ミーティング	カードゲームの 会			ソフト ボール (大)			やわらか頭(DMCT) 「考え方の偏り②」			ダンス			音楽 ミーティング			みんなで問題解決技法 特別編			アロマ リフレッシュ					
	本日の振り返り	本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り								
		9			10※掃除			11			12			13			14								
AM	目的・体調確認				目的・体調確認			目的・体調確認			みん トレ!!!			室内 ウォーク∞			筋トレへの 誘い			軽 スポーツ					
	振り返り ミーティング	みんな トレ!!!	自主 活動	リラクセー ション	自主 活動			卓 球			Let's♪ みゆーじっく			自主 活動			自主 活動								
PM	振り返り ミーティング	コラージュ			ミニ わくスポ			やわらか頭(DMCT) 「自信を持つ(DMCT編)」			ダンス			音楽 ミーティング			乙女の デイ トーク、			スイーツ★ クラブ特別編			カード ゲーム の会 ホワイト デー編		
	本日の振り返り	本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り					
		16			17			18※掃除			19			20			21								
AM	目的・体調確認				目的・体調確認			目的・体調確認			みん トレ!!!			Let's♪ みゆーじっく			(お休み) 春分の日			おもしろ バレ練習					
	振り返り ミーティング	みんな トレ!!!	自主 活動	リラクセー ション	自主 活動			卓 球			Let's♪ みゆーじっく			自主 活動			自主 活動								
PM	振り返り ミーティング	ミニ わくスポ			ソフト ボール (大)			やわらか頭(DMCT) 「考え方の偏り③」			ダンス			音楽 ミーティング			カラオケ			振り返り BAY					
	本日の振り返り	本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り					
		23			24			25			26※掃除			27			28								
AM	目的・体調確認				目的・体調確認			目的・体調確認			みん トレ!!!			カラオケ			音楽鑑賞 カフェ								
	振り返り ミーティング	みんな トレ!!!	自主 活動	リラクセー ション	自主 活動			卓 球			Let's♪ みゆーじっく			自主 活動			自主 活動								
PM	振り返り ミーティング	おかず \クラブ\			行動分析 入門			やわらか頭(DMCT) 「不具な行動とその対策」			音楽 ミーティング			カードゲーム の会			ハンドメイド クラブ								
	本日の振り返り	本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り								
		30			31																				
AM	目的・体調確認				目的・体調確認																				
	振り返り ミーティング	みんな トレ!!!	自主 活動	リラクセー ション	自主 活動																				
PM	振り返り ミーティング	ケセの強い話 マッスルフード編			新聞編集																				
	本日の振り返り	本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り			本日の振り返り								

精神科デイケアとは・・・?

①こころの病を抱えた方々がなるべく入院せず、

地域での生活を続けていくための支えとなる

②社会参加のため、就労に関する機関などへ

ステップアップしていくために力をつける

体力をつけたい! 仲間が欲しい! 生活リズムを整えたい!

働くための自信をつけたい! といった方々に利用して頂いています☆

◎ご利用を希望される方は、今おかけの主治医にご相談ください。

ホームページもご覧ください!

横浜相原 デイケア 検索

質問等ございましたら
お気軽にご連絡ください!



045-360-6730(直通)
045-362-7111(代表)
月～土曜日 8:45～17:30