

**生活の知恵/リワーク系プログラムについて**

☆「生活の知恵」プログラム

・掃除、洗濯、料理など、日常生活の基盤になる事を取り上げ、生活の知恵を学び、より快適な生活が送れるようになることを目的としたプログラムの総称になります。日常生活での困りごとや、より快適な生活を求める方にお勧めのプログラムたちです♪

☆「リワーク」系プログラム

・就労や復職など、次のステップへ進むために必要なスキルを獲得することを目的としたプログラムになります。就労・復職を目指す方にお勧めです♪

**ザリガニ釣り**

近くの公園でザリガニ釣りを行います。普段の生活でザリガニ釣りをを行う機会はなかなかないですよ？この機会と一緒に楽しんでみませんか？夏限定のプログラムですよ!!

**自主活動**

デイケアへ参加することで生活リズムを整える。一人ひとりが好きな作業に取り組み自分の時間を過ごしたり、メンバーさん同士で作業に取り組み交流を図っています♪♪

令和 4年 7月 デイケアプログラム

		月		火		水		木		金		土	
				5*掃除		6		7*お楽しみ		8		9	
AM				園芸クラブ 2020		卓球 軽スポーツ		みんなトレ!!!		デイケアイラスト部	散歩	カードゲームの会	
PM				ダーツ部		行動活性化療法⑨		コミュニケーションゲーム		WRAP 引き金と対処法		麻雀講座	
AM	振り返りミーティング	みんなトレ!!!		園芸クラブ 2020		卓球 軽スポーツ		みんなトレ!!!		リラックスヨガ		コラーージュ	
PM	バレーボール	自主活動		カードゲームの会		ザリガニ釣り		ゆるおん		WRAP サインに気づこう		俳句・川柳	
AM	振り返りミーティング	みんなトレ!!!		園芸クラブ 2020		卓球 軽スポーツ		みんなトレ!!!		音楽鑑賞		脳トレは正義	
PM	バレー講座	自主活動		カードゲームの会		ザリガニ釣り		ゆるおん		WRAP クライシスプラン		第13回 デイケアIPPON	
AM				園芸クラブ 2020		卓球 軽スポーツ		みんなトレ!!!		脳トレは正義		おもしろバレー練習	
PM	(祝日) 海の日			ダーツ部		コラーージュ		ゆるおん		WRAP 回復後とまとめ		振り返りBAY	
AM	振り返りミーティング	みんなトレ!!!		新聞編集		園芸クラブ 2020		みんなトレ!!!		ハンドメイドクラブ		らくらくたいそう 楽楽体操	
PM	小旅行	自主活動		俳句・川柳		大コラーージュ		カードゲームの会		デイケアめりえ部	デイ トーク	モルック☆シ	

**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。

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

ホームページもご覧ください!

横浜相原 デイケア

検索