

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♪

おかず♪クラブ
 毎月、季節の料理や食材などをテーマにした料理を作って楽しんでます。買い出しから調理までを実際に行うプログラムです。料理に興味のある方のご参加お待ちしております♪

デイケア BBQ 大会
 1年ぶりにバーベキュー大会が開催されます！今年も楽しくバーベキューをして、寒くなって来る時期を乗り越えましょう！みなさんのご参加お待ちしております♪

令和 6年 11月 デイケアプログラム

| 月 | | 火 | | | 水 | | | 木 | | | 金 | | 土 | | | | | |
|----|------------|--------------|--------------|----------|---------------------|-----------------------|--------------------|------------------|--------------|----------|--------------|-------------|-----------|---------------------|---------------|----------|---------------------|------|
| 4 | | 5 | | | 6 | | | 7*掃除 | | | 8 | | 9 | | | | | |
| AM | | | | | | | | | | | デイケアイラスト部 | 脳トレは正義 | 自主活動 | 茶話会準備 | 散歩 | 自主活動 | | |
| PM | | | | | | | | | | | コーラージュ | デイトーク、 | 自主活動 | おかずクラブ | 第27回デイケアIPPON | 自主活動 | | |
| AM | | 昭和語り | 園芸クラブ2020 | 自主活動 | 卓球 | 軽スポーツ | 自主活動 | みんなトレ!!! | Let's♪みゆーじっく | 自主活動 | リラックスヨガ | | 自主活動 | 園芸クラブ2020 | 美ゆうてい | 自主活動 | | |
| PM | 振替休日 | 中性脂肪 | コミュニケーションゲーム | 自主活動 | 散歩 | I am OK④ 思い込みパターン② | 自主活動 | ゆるおん | ダーツ部 | 自主活動 | カラオケ | Pキャップベースボール | 自主活動 | トランプ大会 | 振り返りBAY | 自主活動 | | |
| AM | | 12*掃除 | | | 13 | | | 14 | | | 15○鳴動訓練 | | 16 | | | | | |
| PM | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| AM | 振り返りミーティング | みんなトレ!!! | 自主活動 | Webで〇〇 | 園芸クラブ2020 | 自主活動 | 卓球 | 軽スポーツ | 自主活動 | みんなトレ!!! | Let's♪みゆーじっく | 自主活動 | デイケアイラスト部 | 楽楽体操 | 自主活動 | 茶話会準備 | おもしろパレー練習 | 自主活動 |
| PM | カラオケ | パレーボール | 自主活動 | アートdeアート | ソフトボール | 自主活動 | I am OK⑤ 禁止令を解く | | 自主活動 | ゆるおん | 書道同好会 | 自主活動 | デイケアぬりえ部 | カードゲームの会 ~カタン予選~ | 自主活動 | ジョブチャレンジ | | 自主活動 |
| AM | | 18 | | | 19 | | | 20*掃除 | | | 21 | | | 22 | | 23 | | |
| PM | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| AM | 振り返りミーティング | みんなトレ!!! | 自主活動 | いきいき百歳体操 | 園芸クラブ2020 | 自主活動 | 卓球 | 軽スポーツ | 自主活動 | みんなトレ!!! | Let's♪みゆーじっく | 自主活動 | Webで〇〇 | パレーボール大会 | 自主活動 | 勤労感謝の日 | | 自主活動 |
| PM | ハンドメイド | パレーボール | 自主活動 | カラオケ | カードゲームの会 ~カタン予選~ | 自主活動 | ジョブチャレンジ | | 自主活動 | ゆるおん | 園芸クラブ2020 | 自主活動 | アートdeアート | | 自主活動 | | | 自主活動 |
| AM | | 25 | | | 26 | | | 27☆お楽しみ | | | 28 | | | 29*掃除 | | 30 | | |
| PM | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| AM | 振り返りミーティング | みんなトレ!!! | 自主活動 | 新聞編集 | 園芸クラブ2020 | 自主活動 | 卓球 | 軽スポーツ | 自主活動 | みんなトレ!!! | Let's♪みゆーじっく | 自主活動 | ダーツ部 | 書道同好会 | 自主活動 | 楽楽体操 | | 自主活動 |
| PM | もりたりも★ | パレーボールミーティング | 自主活動 | アートdeアート | ソフトボール | 自主活動 | モルック☆ | I am OK⑥ 自己受容 | 自主活動 | ゆるおん | 自主活動 | 自主活動 | デイケアぬりえ部 | デイケア知恵袋 | 自主活動 | カラオケ | カードゲームの会 ~カタン決勝~ | 自主活動 |

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。

ご質問等ございましたら
 お気軽にご連絡ください♪



ホームページもご覧ください！

横浜相原 デイケア

検索

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