



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♪

ゆるおん

毎週木曜日の午後に、ウクレレやピアノ、打楽器などを使ってゆるく音楽を楽しんでいます♪音楽療法の先生と一緒に活動しており、初心者でも楽しめるプログラムです！

Webで〇〇

メンバーさんの好きな動画を、一緒に楽しむプログラムです♪様々なメンバーさんの「好き」を知り、ゆったりとした時間を過ごしたい方におすすめです！

令和 7年 2月 デイケアプログラム

	月	火	水	木	金	土							
AM													
PM													
	3☆お楽しみ	4	5	6*掃除	7	8							
AM	振り返りミーティング	みんトレ!!!	Webで〇〇	園芸クラブ2020	卓球	軽スポーツ	みんトレ!!!	Let's♪みゆーじっく	リラックスヨガ	茶話会準備	おもしろバレー練習	自主活動	
PM	ハンドメイド	バレーボール	カラオケ	ソフトボール	Pキャップベースボール	ゆるおん	書道同好会	ダーツ部	こころの健康睡眠あるある!!	茶話会	楽楽体操	自主活動	
	10	11	12*掃除	13	14〇鳴動訓練	15							
AM	振り返りミーティング	みんトレ!!!	建国記念日	卓球	軽スポーツ	みんトレ!!!	Let's♪みゆーじっく	スイーツ★クラブ	脳トレは正義	出張学習会	美ゆうてい	自主活動	
PM	バレーボール			カードゲームの会 チョコ部	ゆるおん	アートdeアート				カラオケ	もりたりも★	自主活動	
	17	18	19	20	21*掃除	22							
AM	振り返りミーティング	みんトレ!!!	いきいき百歳体操	園芸クラブ2020	卓球	軽スポーツ	みんトレ!!!	Let's♪みゆーじっく	デイケアイラスト部	楽楽体操	アプリで散歩	最弱王決定戦～黒ひげver～	自主活動
PM	Webで〇〇	バレーボール	おかずクラブ	ソフトボール	カラージュ	アートdeアート	ゆるおん	梅見	カラオケ	Pキャップベースボール	振り返りBAY	カードゲームの会 ねこ部	自主活動
	24	25*掃除	26	27	28								
AM	振替休日	新聞編集	園芸クラブ2020	卓球	軽スポーツ	みんトレ!!!	Let's♪みゆーじっく	小旅行	もりたりも★				
PM		昭和語り	アプリで散歩	カラオケ	モルック☆彡	ゆるおん	ダーツ部		デイケアぬりえ部				

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♪



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

