



横浜相原病院

デイケア通信



第242号

2026年9月号



発行／令和8年9月1日

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♪

美ゅうてい

シーズンごとの新作コスメやトレンドメイクを調べたり、おすすめのコスメについてワイワイ話したりしていきます♪ぜひご参加ください！お待ちしております♪

第11回デイケアカラオケ大会 夏歌・秋歌紅白歌合戦

年に1度のカラオケ大会の時期がやってきました！歌に自信のある方だけでなく、初出場の方も大歓迎です！ぜひあなたの歌声を聴かせて下さい！お待ちしております！

	月	火	水	木	金	土
		1* 掃除	2	3	4	5
AM		Webで 〇〇	卓球	バドミントン	ポッチャ	モルック
PM		園芸クラブ 2020	コミュニケーションゲーム	Let's♪ みゅーじっく	卓球 やってみた	楽楽体操
		自主活動	自主活動	自主活動	自主活動	自主活動
		ドミノで 〇〇	おもしろ バレー練習	ゆる おん	カラ オケ	カラ オケ
		美ゅうてい		ダーツ部	小旅行	お笑い サークル ONE
	7	8	9	10	11* 掃除	12
AM	みんな トレ!!!	脳トレは 正義	卓球	みんな トレ!!!	軽 スポーツ	もりたりも ★
PM	バレー ボール	カラ オケ	カラ オケ	ゆる おん	ぬりえ部 マンダラ会	第10回 ダーツ部 大会
		自主活動	自主活動	自主活動	自主活動	自主活動
		MCT⑧ 自尊心と気分	バドミントン	アートde アート	カードゲームの会	ハンド クラブ
	14	15 鳴動訓練	16* 掃除	17	18	19
AM	みんな トレ!!!	園芸クラブ 2020	卓球	バドミントン	リラクソヨガ	散歩
PM	カラ オケ	楽楽 体操	収穫祭 買い出し	飛行機を 見よう	ポッチャ	園芸クラブ 収穫祭
		自主活動	自主活動	自主活動	自主活動	自主活動
		もりたりも★	デイトーク、	ゆる おん	デイケア ぬりえ部	お笑い サークル ONE
		デイケア チャレンジ				ハンド メイド
	21	22	23	24* 掃除	25	26
AM		国民の休日	秋分の日	みんな トレ!!!	軽 スポーツ	平成 語り
PM	敬老の日			ゆる おん	カードゲーム の会 feat. マッチョ	いきいき 百歳体操
				自主活動	自主活動	自主活動
				スイーツ★ クラブ	モルック ☆	振り返り BAY
					グループ ワーク サークル	お笑い サークル ONE
	28	29	30 ☆お楽しみ			
AM	バドミントン	新聞 編集	卓球	室内 ウオーク		
PM	自主活動	園芸クラブ 2020	自主活動	自主活動		
	第11回 デイケアカラオケ大会 ～夏歌・秋歌紅白歌合戦～	カード ゲーム の会	こころの 健康	バレー ボール		

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)

0570-007-111(ナビダイヤル)

月～土曜日 8:45～17:30