

※感染対策の為、デイケア利用前に自宅での検温・健康観察のご協力をお願いします。

2025年 9月 ハートフル隼人病院デイケア 活動プログラム						
		火	水	木	金	土
活動時間		2	3	4	5	6
10：00～12：30	リワーク	うつ病の心理教育	書道・軽体操・クラフト	セルフケア⑦ マインドフルネス（2）	ラダーボール クリエイションクラブ	間違い探し
10：00～ 11：40	デイケアA デイケアB	脳トレ塗り絵 DVD鑑賞	書道 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	新聞ゲーム クリエイションクラブ		
13:45 ～15:00	デイケアA デイケアB	ビデオ鑑賞	スカットボール	防災講座	脳トレ塗り絵	カタカナナーシ
活動時間		9	10	11	12	13
10：00～12：30	リワーク	休職に至った経緯を見てみよう	スキンケアについて学ぼう	セルフケア⑧ マインドフルネス（3）	書道 クリエイションクラブ	こんな困ったときどうしましょう
10：00～ 11：40	デイケアA デイケアB	人生ゲーム	血圧・体重測定 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	間違い探し クリエイションクラブ		大人塗り絵 クリエイションクラブ
13:45 ～15:00	デイケアA デイケアB	人生ゲーム	射的	スカットボール 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	すっきり体操	いったつもりで世界旅行
活動時間		16	17	18	19	20
10：00～12：30	リワーク	自己分析（TEG3）	アロマ(マッサージオイル)	セルフケア⑨ マインドフルネス（4）	SST(ウェルビー)	都道府県しりとり
10：00～ 11：40	デイケアA デイケアB	間違い探し 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	アロマ講座・体操 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	脳トレ塗り絵 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽		クラフトクラブ
13:45 ～15:00	デイケアA デイケアB	脳トレ体操	オイチョカブ	カレンダー作成 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	みんなの音楽	自主活動
活動時間		23	24	25	26	27
10：00～12：30	リワーク		硬筆・軽体操・創作	セルフケア⑩ コーピング探し	血圧・体重測定/作品整理 クリエイションクラブ	コミュニケーションゲーム
10：00～ 11：40	デイケアA デイケアB		硬筆 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	血圧・体重測定/作品整理 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽		リズム体操 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽
13:45 ～15:00	デイケアA デイケアB		間違い探し	miniカラオケ	アロマ講座	喋らず伝えろ
活動時間		30				
10：00～12：30	リワーク	思考の偏りありませんか			※利用者数や、スタッフの都合等により活動 内容が変更になる場合があります。 ※お休みの時はデイケア直通55-8808まで （朝8：10～夕方17：00迄）	
10：00～ 11：40	デイケアA デイケアB	血圧・体重測定/作品整理 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽				
13:45 ～15:00	デイケアA デイケアB	カラオケ				