

※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 10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			1	2	3	4
10:00~12:30	リワーク	※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。	書道・軽体操・クラフト	セルフケア⑩	ラダーボール 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		書道 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	コーピング探し(2) さいころゲーム クリエイションクラブ		間違い探し
13:45~15:00	デイケアA デイケアB		スカットボール	輪投げ		脳トレ塗り絵 自主活動
活動時間		7	8	9	10	11
10:00~12:30	リワーク	認知再構成法(不安に対して)	自分の問題を考えてみよう	コミュニケーションゲーム	書道 クリエイションクラブ	散歩
10:00~11:40	デイケアA デイケアB	てんつなぎ・クイズ	創作ビンゴ 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	全身ストレッチ クリエイションクラブ		
13:45~15:00	デイケアA デイケアB	オイチョカブ	モノ当て嘘つきゲーム	みんなの音楽		
活動時間		14	15	16	17	18
10:00~12:30	リワーク	問題解決技法(PDCAサイクル)	アロマ(スカルプスプレー)	セルフケア⑪	人生ゲーム	穴埋めクイズ クラフトクラブ
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	私の生きづらさの"スキーマ"について 脳トレ塗り絵 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	脳トレ体操	間違い探し	カレンダー作成 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽		
活動時間		21	22	23	24	25
10:00~12:30	リワーク	アサーショントレーニング	硬筆・軽体操・創作	セルフケア⑫	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	enjoy脳トレ 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	硬筆 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽	自分の"スキーマ"への対処法(1) 血圧・体重測定/作品整理 選択：DVD鑑賞・みんなの音楽		血圧・体重測定/自主活動 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	みんなの音楽	射的	miniカラオケ		アロマ講座
活動時間		28	29	30	31	
10:00~12:30	リワーク	今できることは何だろう	質問タイム	セルフケア⑬	SSTクラブ クリエイションクラブ	※お休みの時は デイケア直通 55-8808まで
10:00~11:40	デイケアA デイケアB	血圧・体重測定/作品整理	血圧・体重測定/ 作品整理・ストレッチ	自分の"スキーマ"への対処法(2) ビデオ視聴		
13:45~15:00	デイケアA デイケアB	市民講座 (お口の健康について)	みんなの音楽	eスポーツ		