

※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。

2026年5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
10:00~12:30	リワーク	※お休みの時は デイケア直通 55-8808 まで(8:10~9:30) それ以外の御用のある方は10:00以降に AM8:10~10:00までは、当日の利用者の方や、送迎バスとの連絡で、電話が大変込み合 います。その時間ををさけて頂くと対応がスムーズにできると思います。 ご協力をお願い致します。			輪投げ 自主活動	 大人塗り絵 自主活動
10:00~ 11:40	デイケアA デイケアB				ビデオ視聴	ビデオ視聴
13:45 ~15:00	デイケアA デイケアB					
活動時間		5	6	7	8	9
10:00~12:30	リワーク	 こどもの日	 振替休日	自分の好きなモノ・コト・趣味（資料準備） 間違い探し/座って筋トレ 自主活動	書道/作品整理 自主活動	PC活動
10:00~ 11:40	デイケアA デイケアB			ラダーボール	新聞ゲーム	脳トレゲーム 自主活動
13:45 ~15:00	デイケアA デイケアB					楽々ストレッチ
活動時間		12	13	14	15	16
10:00~12:30	リワーク	認知行動療法を知ろう	書道・軽体操	自分の好きなモノ・コト・趣味 (プレゼン)	的リックス	正直不動産 
10:00~ 11:40	デイケアA デイケアB	アは体験/楽々筋トレ 自主活動	書道/作品整理 自主活動	カレンダー作成/全身ストレッチ 自主活動	みんなの音楽	
13:45 ~15:00	デイケアA デイケアB	miniカラオケ 	霧島市のごみ処理の流れ を見てみよう	スカットボール		
活動時間		19	20	21	22	23
10:00~12:30	リワーク	マインドフルネスストレス低減法（注意をコントロールする方法を試してみよう）	アロマ・体操	これまでの仕事について（資料準備）	間違い探し/座って筋トレ	悩み事について語ろう
10:00~ 11:40	デイケアA デイケアB	血压体重測定/ストレッチ 自主活動	アロマ・体操 自主活動	血压体重測定/楽々筋トレ 自主活動	自主活動	脳トレ塗り絵 自主活動
13:45 ~15:00	デイケアA デイケアB	脳トレクイズ	射的 	輪投げ 	アロマ講座（除湿剤）	大人塗り絵
活動時間		26	27	28	29	30
10:00~12:30	リワーク	感情の扱い方、セルフコンパッション を考え試してみよう	硬筆・軽体操・創作	これまでの仕事について（プレゼン）	みんなと話してみよう	 射的/ストレッチ 自主活動
10:00~ 11:40	デイケアA デイケアB	大人塗り絵/ストレッチ 自主活動	硬筆/血压体重測定 自主活動	点繋ぎ 自主活動	自主活動	
13:45 ~15:00	デイケアA デイケアB	スカットボール 	ハエたたきゲーム 	miniカラオケ 	オイチョカブ 	