
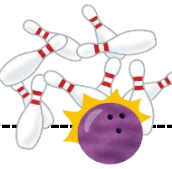

















※感染対策の為、デイケア利用前に自宅での検温・健康観察のご協力をお願いします。

2026年7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	<b>※お休み⇒デイケア直通</b> <b>55-8808まで(8:10~9:30)</b> それ以外の御用のある方は 10:00以降に	書道・軽体操  書道/作品整理 自主活動	未定	教えて一人暮らし 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		みんなの音楽 	間違い探し/座って筋トレ 自主活動	ギリギリシーソー	予測不能ボウリング
13:45~15:00	デイケアA デイケアB					
活動時間		7	8	9	10	11
10:00~12:30	リワーク	うつ病を中心として、精神的な病について考えてみよう	リフレーミング	未定		みな元気かな??
10:00~11:40	デイケアA デイケアB	脳トレ塗り絵/楽々筋トレ 自主活動	アは体験/楽々筋トレ 自主活動	計測王は君だ/楽々筋トレ 自主活動	陣取り合戦 自主活動	ビデオ視聴 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 	ラダーボール 	ひらめき〇×クイズ	出前講座(食育)	楽々ストレッチ 
活動時間		14	15	16	17	18
10:00~12:30	リワーク	仕事との向き合い方を考えてみよう(ライフワークバランス)	アロマ(うちわ)・体操	未定		
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	カレンダー作成/全身ストレッチ 自主活動	書道/作品整理 自主活動 	アは体験/楽々筋トレ 自主活動
13:45~15:00	デイケアA デイケアB	miniカラオケ 	射的 	オイチョカブ 	ピンポンダーツ	ひらめき〇×クイズ
活動時間		21	22	23	24	25
10:00~12:30	リワーク	自分のこれまでの体験を語ろう(働く編)	硬筆・軽体操・創作	未定		アサーションしてみよう
10:00~11:40	デイケアA デイケアB	イントロクイズ 自主活動 	硬筆/血压体重測定 自主活動	血压体重測定/楽々筋トレ 自主活動	間違い探し/座って筋トレ 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	オイチョカブ 	ひらめき〇×クイズ	輪投げ 	アロマ講座(化粧水)	大人塗り絵 
活動時間		28	29	30	31	
10:00~12:30	リワーク	マインドフルネス ヨガに取り組もう	未定	未定		やむを得ず都合によりプログラムの変更を願います
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	学習発表会 自主活動	間違い探し/座って筋トレ 自主活動	輪投げ 自主活動 	
13:45~15:00	デイケアA デイケアB	ひらめき〇×クイズ	魚釣りゲーム 	的リックス	難読漢字クイズ	