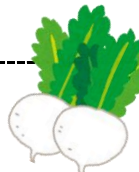
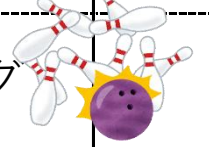
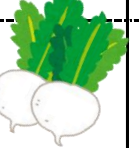


※感染対策の為、デイケア利用前に自宅での検温・健康観察のご協力をお願いします。

2026年8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
10：00～12：30	リワーク	お願い やむを得ず都合によりプログラムの変更をお願いすることがあります 		※お休み⇒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。 ご協力をお願い致します。	大人塗り絵  自主活動	紙皿ダーツ
10：00～11：40	デイケアA デイケアB					
13:45～15:00	デイケアA デイケアB					
活動時間		4	5	6	7	8
10：00～12：30	リワーク	認知行動療法を知ろう	書道・軽体操 	未定	雑巾絞り競争/楽々筋トレ 自主活動 	困り事への対応
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	書道/作品整理 自主活動	計測王は君だ/楽々筋トレ 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	予測不能ボウリング 	スカットボール 	出前講座（国際交流）		楽々ストレッチ
活動時間		11	12	13	14	15
10：00～12：30	リワーク		白黒、完璧主義について	生活リズムを整える・生活プラン表を立てる		
10：00～11：40	デイケアA デイケアB		間違い探し/ストレッチ 自主活動	カレンダー作成/全身ストレッチ 自主活動		
13:45～15:00	デイケアA デイケアB		紙皿ダーツ	オイチョカブ		
活動時間		18	19	20	21	22
10：00～12：30	リワーク	マインドフルネスストレス逓減法	アロマ（化粧水）・体操	身体の調子を整えるために	書道/作品整理 	認知再構成法に取り組もう
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 	アロマ・体操 自主活動 	血圧体重測定/楽々筋トレ 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	miniカラオケ	オイチョカブ	輪投げ		コップで陣取り
活動時間		25	26	27	28	29
10：00～12：30	リワーク	感情の扱い方、セルフコンパッション	硬筆・軽体操・創作	バケットリスト・ 気分のリフレッシュ法	七転八起 自主活動	陣取り合戦 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/血圧体重測定 自主活動	間違い探し/座って筋トレ 自主活動		
13:45～15:00	デイケアA デイケアB	オイチョカブ	射的 	スカットボール 