

# 1月のデイケア活動表

月		火		水		木		金		
午前		デイケア活動表は病院ホームページから確認できます。 スマートフォンなどをお持ちの方は、右のQRコードから 活動表を読み込んでください。 <b>デイケア参加時には必ずマスクの着用をお願いします。</b>								
午後										
4	午前	プチ趣味活動 思春期P (スポーツ)	5	ソフトバレー プチ趣味活動 リワークG	6	ヨガ D-MCT	7	軽運動 アルコール健康P①	8	軽運動 思春期P (ゲーム)
	午後	プチ趣味活動 MCT(第7回)		趣味活動		お正月遊び 思春期P (セルフケア)		趣味活動 うつと不安のセルフケア (1/9)		プチ趣味活動 アルコールP (トライアングル)
11	午前	<b>成人の日</b>	12	卓球 プチ趣味活動 リワークG	13	ヨガ 作業所見学 D-MCT	14	軽運動 園芸	15	プチ趣味活動 思春期&20代合同 (ゲーム)
	午後			趣味活動		企画 思春期P (セルフケア)		趣味活動 うつと不安のセルフケア(2/9)		趣味活動 コミ・トレ (第11回)
18	午前	プチ趣味活動 思春期&20代合同 (スポーツ)	19	ソフトバレー プチ趣味活動	20	ヨガ D-MCT	21	軽運動 園芸 アルコール健康P②	22	軽運動 思春期P (ゲーム)
	午後	プチ趣味活動 MCT(第8回)		趣味活動		プチ趣味活動 思春期P (セルフケア)		プチ趣味活動 アルコールP (トライアングル)		
25	午前	プチ趣味活動 思春期P (スポーツ)	26	キックベース プチ趣味活動 リワークG	27	ヨガ D-MCT	28	軽運動 園芸	29	プチ趣味活動 思春期&20代合同 (ゲーム)
	午後	プチ趣味活動 MCT (第9回)		趣味活動		プチ趣味活動 マイブルフォローアップ 思春期P (SST1/10)		趣味活動 うつと不安のセルフケア (3/9)		趣味活動 コミ・トレ (第12回)

**【日程】**

受付	9:00 ~
朝の会	9:30 ~
午前プログラム	9:45 ~ 11:15
手洗い・消毒	11:15 ~
昼食	12:00 ~
午後プログラム	13:15 ~ 15:00
帰りの会	15:00 ~ 15:15

- ◎昼食の受付は**9:30**が最終となります。
  - ★ショートケアは半日参加です。(昼食はありません)
  - ☆費用は医療保険扱いです。院外活動の経費などは自己負担となります。
  - ★色付きのプログラムはあらかじめ参加者が決まっています。参加を希望される方はスタッフまでご相談ください。
- 就労を目指している方が対象です
  年代別のプログラムです
- 疾患別のプログラムです

\*デイケアに参加希望の方は、主治医・看護師にご相談ください。