

# 2022年 1 1月のデイケア活動表

こころの医療センター駒ヶ根  
Tel : 0265-83-3181 (内線736・737)

月		火		水		木		金	
午前		1	趣味活動	2	ヨガ	3	文化の日	4	軽運動
			D-MCT①		リワークG①				思春期P(ゲーム)
午後			ふわっとテニス(下平)		趣味活動				趣味活動
			アーユルヴェーダ 革細工		マインドフルネス認知療法(1/9)				思春期P(SST7/10)
7 午前	趣味活動	8	趣味活動	9	趣味活動	10	レクスポ(オンライン)	11	軽運動
	思春期P(スポーツ・下平)		D-MCT②		リワークG②		園芸		思春期&20代合同(ゲーム)
午後	趣味活動		ふわっとテニス(下平)		趣味活動		趣味活動		趣味活動
	革細工		アーユルヴェーダ		マインドフルネス認知療法(2/9)		思春期P(SST8/10)		アルコールP(トライアングル)
14 午前	趣味活動	15	趣味活動	16	ヨガ	17	軽運動	18	軽運動
	10代&20代合同(当院・体力測定)		D-MCT③		マイフルフォローアップ		リワークG③		アルコール健康P②
午後	趣味活動		ふわっとテニス大会(下平)		趣味活動	ワンフ レート	趣味活動		趣味活動
	革細工		アーユルヴェーダ		マインドフルネス認知療法(3/9)		思春期P(SST9/10)		20代グループ
21 午前	趣味活動	22	趣味活動	23	24	24	軽運動	25	軽運動
	思春期P(スポーツ・下平)		D-MCT④				23 勤労感謝の日		園芸
午後	趣味活動		バドミントン(下平)				趣味活動		趣味活動
	革細工		趣味活動				マインドフルネス認知療法(4/9)		思春期P(SST10/10)
28 午前	趣味活動	29	趣味活動	30	ヨガ				デイケア活動表は病院のホームページから 確認できます。スマートフォン等をお持ちの方は、 右のQRコードから活動表を読み込んでください。 デイケア参加時には必ずマスクの着用をお願いします。
	10代&20代合同(スポーツ大会)		D-MCT⑤		リワークG④				
午後	趣味活動		ソフトバレー(下平)		趣味活動				
	革細工		趣味活動		マインドフルネス認知療法(4/9)				
	コミトレ(ピアサポート:3/5)								

【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9:40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。