



2025年

12月のデイケア活動表

こころの医療センター駒ヶ根
0265-83-3181 (内線736)

| 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | |
|----|---------------------------------------|------------------------------|----|---|----|---|----|---|----|---|
| 午前 | 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。 | | | | | | | | | |
| | スマートフォンをお持ちの方は、右のQRコードで活動表を読み込んでください。 | | | | | | | | | |
| 午後 | デイケア活動時には、必ずマスクの着用をお願いします。 | | | | | | | | | |
| 1 | 午前 | 趣味活動 思春期P(スポーツ・下平) | 2 | 趣味活動 D-MCT⑤ ふわっとテニス(下平)/ソフトバレー(当院) | 3 | ヨガ 作業所見学 趣味活動 リワーク⑦ マインドフルネス認知療法(5/8) 10代&20代(チービル&セルフケア①) | 4 | 軽運動 園芸 KOMARPP①② 趣味活動 おらほ① 20代グループ | 5 | 軽運動 調整的音楽療法⑦ 思春期P(ゲーム) 趣味活動 NEAR(リワーク)⑭ |
| | 午後 | 趣味活動 革細工 コミトレ⑫ | | 趣味活動 革細工 アーユルヴェーダ | | | | | | |
| 8 | 午前 | 趣味活動 10代&20代合同(スポーツ下平) | 9 | 趣味活動 D-MCT⑥ テニス(駒ヶ根高原)/バドミントン(当院) | 10 | ヨガ リワーク⑧ 趣味活動 マインドフルネス認知療法(6/8) 10代&20代(チービル&セルフケア②) | 11 | 軽運動 園芸 K-GAP⑤ 趣味活動 サークル活動 アルコール健康⑥ | 12 | 軽運動 調整的音楽療法⑧ 思春期&20代合同(ゲーム) 趣味活動 NEAR(リワーク)⑮ アルコールP(トライアングル) |
| | 午後 | 趣味活動 革細工 コミトレ⑬ | | 趣味活動 革細工 アーユルヴェーダ | | | | | | |
| 15 | 午前 | 趣味活動 思春期P(スポーツ・下平) | 16 | 趣味活動/モールを飾ろう D-MCT⑦ ソフトバレー(下平)/卓球(当院) | 17 | ヨガ リワーク⑨ マイフルフォローアップ 趣味活動 マインドフルネス認知療法(7/8) 10代&20代(チービル&セルフケア③) | 18 | クリスマス会 KOMARPP③④ クリスマス会 おらほ② | 19 | 軽運動 調整的音楽療法⑨ 思春期P(お菓子作り) 趣味活動 NEAR(リワーク)⑯ |
| | 午後 | 趣味活動 革細工 コミトレ⑭ | | 趣味活動 革細工 アーユルヴェーダ | | | | | | |
| 22 | 午前 | 趣味活動 10代&20代合同(スポーツ下平) | 23 | 趣味活動 D-MCT⑧ テニス(下平)/バドミントン(当院) | 24 | ヨガ リワーク⑩ 趣味活動 マインドフルネス認知療法(8/8) 10代&20代(チービル&セルフケア④) | 25 | 軽運動 園芸 K-GAP⑥ 趣味活動 サークル活動 アルコール健康① | 26 | 軽運動 調整的音楽療法⑩ 思春期P(ゲーム) 趣味活動 NEAR(リワーク)① アルコールP(トライアングル) |
| | 午後 | ゆったり茶道 革細工 コミトレ・ピアサポGr | | 趣味活動 革細工 アーユルヴェーダ | | | | | | |

【日程】

| | |
|----------|------------|
| 受付 | 9:00～ |
| 朝の会 | 9:30～ |
| 午前プログラム | 9:45～11:15 |
| 昼食 | 12:00～ |
| 午後の受付 | 12:30～ |
| 午後のプログラム | 13:15～ |
| 帰りの会・終了 | 15:00 |

◎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。