

横浜丘の上病院デイケア 月間予定表 令和 6年 10月

エトセトラ		趣味 & 就労		明日への一歩 Day Restart & Next		コミュニケーション & 就労		ストレスケア & スポーツ					
10月 (月)		1	脳トレ	就労準備リカバリー ①	2	釣り	3	音楽鑑賞	4	園芸	スペシャルプログラム 1月 初詣		
		7	歌会	個人活動	8	パタンク	就労準備リカバリー ②	9	IT教室	就労準備精神疾患 ①		10	音楽鑑賞
14 (月)		15	園芸	個人活動	16	カタカナ禁止ゲーム	就労準備精神疾患 ②	17	生活ミーティング	就労準備精神疾患 ③	11	ボウリング	2月 節分
		21	スポーツの日 祝日	個人活動	22	連想ゲーム	就労準備リカバリー ③	18	オセロ	就労準備精神疾患 ④	12	モルック	3月 ひな祭り
28 (月)		23	散歩	個人活動	24	書道	就労準備精神疾患 ④	25	卓球	就労準備ステイグマについて①	6月 紫陽花巡り		
		29	フルーツゲートホッケー	個人活動	30	eスポーツ大会	個人活動	31	ハロウィン	個人活動	8月 夏祭り		
11月		1	脳トレ	個人活動	2	公式輪投げ	個人活動	3	音楽鑑賞	個人活動	11月 紅葉狩り		
		7	歌会	個人活動	8	パタンク	就労準備リカバリー ④	9	IT教室	就労準備精神疾患 ④	12月 クリスマス会		
14 (月)		15	園芸	個人活動	16	カタカナ禁止ゲーム	就労準備精神疾患 ④	17	生活ミーティング	就労準備精神疾患 ④	1	脳トレ	個人活動
		21	スポーツの日 祝日	個人活動	22	連想ゲーム	就労準備リカバリー ④	23	散歩	個人活動	24	書道	個人活動
28 (月)		29	フルーツゲートホッケー	個人活動	30	eスポーツ大会	個人活動	31	ハロウィン	個人活動	6月 紫陽花巡り		
		1	脳トレ	個人活動	2	公式輪投げ	個人活動	3	音楽鑑賞	個人活動	8月 夏祭り		
11月		7	歌会	個人活動	8	パタンク	就労準備リカバリー ④	9	IT教室	就労準備精神疾患 ④	11月 紅葉狩り		
		14	スポーツの日 祝日	個人活動	15	園芸	個人活動	16	カタカナ禁止ゲーム	個人活動	12月 クリスマス会		
11月		21	スポーツの日 祝日	個人活動	22	連想ゲーム	就労準備リカバリー ④	23	散歩	個人活動	1	脳トレ	個人活動
		28	園芸	個人活動	29	フルーツゲートホッケー	個人活動	30	eスポーツ大会	個人活動	31	ハロウィン	個人活動
12月		1	脳トレ	個人活動	2	公式輪投げ	個人活動	3	音楽鑑賞	個人活動	6月 紫陽花巡り		
		7	歌会	個人活動	8	パタンク	就労準備リカバリー ④	9	IT教室	就労準備精神疾患 ④	8月 夏祭り		
12月		14	スポーツの日 祝日	個人活動	15	園芸	個人活動	16	カタカナ禁止ゲーム	個人活動	11月 紅葉狩り		
		21	スポーツの日 祝日	個人活動	22	連想ゲーム	就労準備リカバリー ④	23	散歩	個人活動	12月 クリスマス会		
12月		28	園芸	個人活動	29	フルーツゲートホッケー	個人活動	30	eスポーツ大会	個人活動	1	脳トレ	個人活動
		1	脳トレ	個人活動	2	公式輪投げ	個人活動	3	音楽鑑賞	個人活動	6月 紫陽花巡り		
12月		7	歌会	個人活動	8	パタンク	就労準備リカバリー ④	9	IT教室	就労準備精神疾患 ④	8月 夏祭り		
		14	スポーツの日 祝日	個人活動	15	園芸	個人活動	16	カタカナ禁止ゲーム	個人活動	11月 紅葉狩り		
12月		21	スポーツの日 祝日	個人活動	22	連想ゲーム	就労準備リカバリー ④	23	散歩	個人活動	12月 クリスマス会		
		28	園芸	個人活動	29	フルーツゲートホッケー	個人活動	30	eスポーツ大会	個人活動	1	脳トレ	個人活動

*デイケアの日々の出来事を紹介しています！こちらにアクセスしてみてください。

今月は...水曜日!
がー押しっく!
芸術の秋 味覚の秋
スポーツの秋
全力で秋満喫です!



http://ameblo.jp/okanouedc

アメーバブログ



連絡先
横浜丘の上病院デイケア
045(822)0751

他院の方も
主治医を変えず
利用できます

デイケア活動中!



提灯飾れば
見慣れたお部屋も…

夏祭り!!!

8月30日



金魚釣り



ボールすくい



かき氷



デイケア活動中!

<喫茶丘の上>

~クリームソーダ~



昭和レトロを意識して、
駄菓子もご用意しました。

9月9日



デイケア活動中!

夏祭り



お祭りといえば
色々な屋台や盆踊り!
今年のかき氷は、
イタリアでも有名?
エスプレッソ・グラニータ風です。

喫茶丘の上

今回はクリームソーダ。
カラフルで見た目もかわいい♪
一番人気はメロン味でした。

デイケアにご興味のある方は
主治医かスタッフまで
お申し出ください



プログラムを見てくださいね
(外来窓口にあります)




デイケア活動中！

「マインドフルネス」とは？

マインドフルネスとは、「今この瞬間」に意識を集中させ、その体験を評価せずに受け入れる心の在り方やトレーニング法です。仏教の瞑想法を基に、ジョン・カバット・ジン博士が「マインドフルネスストレス低減法」として体系化しました。ストレス軽減、集中力向上、睡眠の質改善などの効果が期待され、ビジネスや医療の現場でも活用されています。

デイケアにご興味のある方は
主治医かスタッフまで
お申し出ください



プログラムを見てくださーいね
(外来窓口にあります)

