

横浜丘の上病院デイケア 月間予定表

令和7年2月

月		火		水		木		金	
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	
2月		卓球ラリー対決		釣り堀		クリーンデー		園芸	
3 (月)	4 (火)	5 (水)	6 (木)	7 (金)	8 (土)	9 (日)	10 (月)	11 (火)	12 (水)
モルック	就労準備 ビジネス敬語①	釣り堀	就労準備 再発を防止する①	園芸	歌会	公式輪投げ	祝日 建国記念の日	祝日 建国記念の日	車で出かけましょう①
ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動
10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)	15 (土)	16 (日)	17 (月)	18 (火)	19 (水)
歌会	祝日 建国記念の日	車で出かけましょう②	就労準備 再発を防止する②	ヒーリングミュージック	パターゴルフ	音楽	プログラムミーティング	園芸	車で出かけましょう③
ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動
17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)	22 (土)	23 (日)	24 (月)	25 (火)	26 (水)
プログラムミーティング	園芸	車で出かけましょう④	就労準備 再発を防止する③	ボウリング	ペアオセロ	音楽	天皇誕生日	生活ミーティング	生活向上委員会
ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	振替休日	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動
24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)	29 (土)	30 (日)	1 (月)	2 (火)	3 (水)
天皇誕生日	就労準備 求人票の見方	生活向上委員会	就労準備 再発を防止する④	フルーツゲートホッケー	書道	書道	歌会	祝日 建国記念の日	車で出かけましょう⑤
振替休日	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動	ストレッチ体操 個人活動

スペシャルプログラム
1月 歌会大会
3月 お花見
6月 紫陽花巡り
7月 七夕
8月 夏祭り
10月 ハロウィン
12月 クリスマス会

今月のPOINT!

*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、車でお出かけしましょう！

「お天気心配…」

「足が痛くて…」

大丈夫！！

是非一緒に楽しみましょう♪

アメーバブログ →

<http://ameblo.jp/okanouedc>



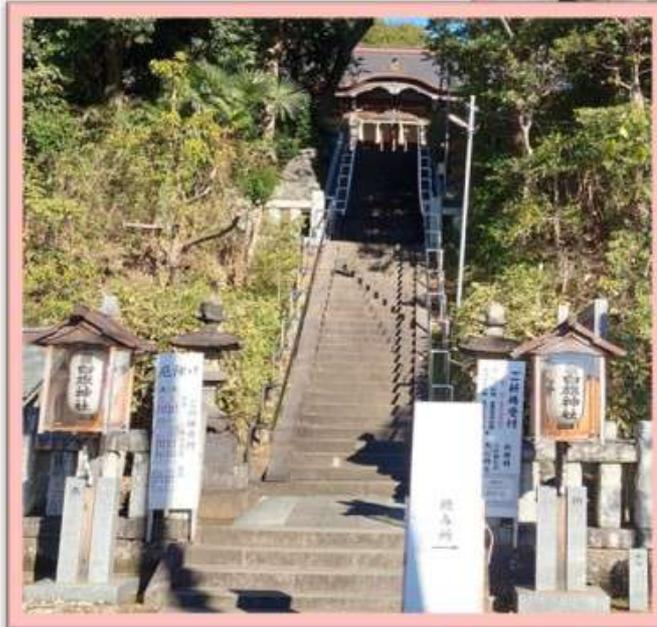
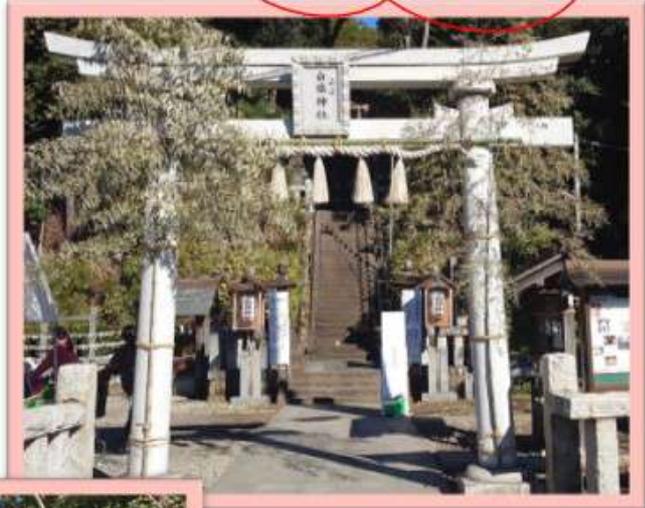
連絡先
横浜丘の上病院デイケア
045(822)0751

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!

1月8日水曜日
初詣に行きました!

品濃白旗神社
にて参拝



行きも帰りも
車なので
楽ちんですよ!



今年もよい年になりますように...



デイケア活動中!

季節行事も沢山
取り入れています!



七草粥 を食べよう

ぐつぐつ
炊きますよ～
のんびり待ちましょ♪



どれがどの野菜か
わかるかな(；ω)

出来上がり!
温まる～♪
胃に優しく♡



デイケア活動中！

水曜日

2月は・・・

5日 手工芸 

12日・19日 新プログラムStart！

車で出かけましょう 

26日 喫茶 丘の上 

こころの

パーソナルトレーナー

宣言！！



デイケアは皆様ひとりひとりに寄り添ってサポートいたします。

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いね
(外来窓口にあります)



デイケア活動中！

「サイン」ってなに？

調子がいい時、悪い時、私たちの体には行動や心に変化が起こります。これらのことを「サイン」と呼びます。「（症状）悪化サイン」「注意サイン」「良好サイン」「ストレスサイン」等です。しかし、このサインは自分で気が付かないこともよくあります。周りの人に協力してもらいながら、このサインに対処できるようになると、障害に“主体的”に取り組むことができます。

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いね
（外来窓口にあります）