

横浜丘の上病院デイケア 月間予定表 令和8年 1月

エトセトラ 月 1月		趣味 & 就労 火		!明日への一歩!Day Restart & Next 水		コミュニケーション & 就労 木		ストレスケア & スポーツ 金	
5 (月)		6 (火)		7 (水)		8 (木)		9 (金)	
SP 初詣		ボードゲーム ストレッチ 就労準備薬物療法① 個人活動		あけましておめでとうございます 七草粥を作ろう		歌会始 ストレッチ 就労準備 仕事を辞める時 辞めさせられる時 個人活動		百人一首大会	
12 (月)		13 (火)		14 (水)		15 (木)		16 (金)	
成人の日 祝日		貼り絵 ストレッチ 就労準備薬物療法② 個人活動		IT教室 音楽 個人活動		園芸 ストレッチ 就労準備 働き方を考えよう 個人活動		メタ認知トレーニング プログラムミーティング マイナフルネス 個人活動	
19 (月)		20 (火)		21 (水)		22 (木)		23 (金)	
新春 音楽祭		室内競技 ストレッチ 就労準備薬物療法③ 個人活動		公式輪投げ 生活向上委員会 個人活動		書道 ストレッチ 就労準備 K-STEP 個人活動		モルック マイナフルネス 個人活動	
26 (月)		27 (火)		28 (水)		29 (木)		30 (金)	
園芸 セルフチェック 個人活動		フルーツゲートホッケー ストレッチ 就労準備薬物療法④ 個人活動		釣り お茶会 個人活動		クリーンデー ストレッチ 就労準備 K-STEP 個人活動		卓球大会	



他院の方も
主治医を変えず
利用 できます

今月のPOINT!

新しい年の始まりです。
初詣や百人一首大会、七草がゆづくりなど、アメーバブログ →
新年らしいプログラムをご用意しています。

<http://ameblo.jp/okanouedc>



連絡先
横浜丘の上病院デイケア
045(822)0751

デイケア活動中！

Merry Christmas



1年のラストを飾る、特別なクリスマス



ルームも飾り付け



★クリスマス
パーティー★



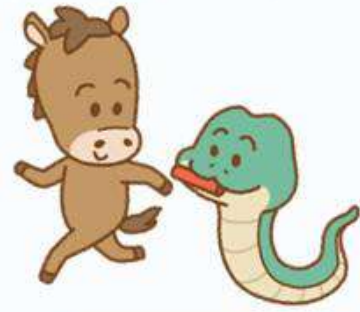
手作りのケーキに癒されながら
ビンゴやクイズも楽しみました！



クリスマス手工芸



デイケア活動中！



畑の収穫も完了、
午年にちなんだ年賀状も投函。
2025年の手仕舞いを終え
心軽やかに2026年の幕開けを
待つばかりのデイケアです



本年は大変お世話になりました。
寒い日が続きますが、お体に気をつけて
お過ごしください。
また来年、元氣な姿でお会いできるのを
お待ちしております。

デイケア活動中！

火・木曜日

火・木のデイケアといえば
就労準備・支援グループ。

実は大切なのは
仕事についてから。
「続ける力」をアップします！

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！

デイケアを活用しよう！

新年、2026年のスタートです！

さて、ここで質問。

すべてうまくいくとしたら・・・。

一年後の今頃、

あなたはこうなっていたいですか？

あなたのリカバリーはそこから始まります。デイケアではそんな一人ひとり違うリカバリーに合わせて支援をいたします。

あなただけのリカバリー、一緒に考えてみませんか？

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)**

