

横浜丘の上病院デイケア 月間予定表

令和8年 4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	
6 (月)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		10 (金)	
ペアオセロ ストレッチ体操 個人活動	カレンダー飾り作り 個人活動	卓球ラリー対決 ストレッチ体操 就労準備リカバリー① 個人活動	ダーツ ストレッチ体操 個人活動	Re 個人活動	ちぎり絵 ストレッチ体操 Re 個人活動	散歩 ストレッチ体操 就労準備精神疾患① 個人活動	Re 個人活動	歌のサロン 皆で歌の花を咲かせましょう	Re 個人活動
13 (月)		14 (火)		15 (水)		16 (木)		17 (金)	
モルック祭り! 一日たっぷり楽しもう会 Fight!!		園芸 ストレッチ体操 就労準備リカバリー② 個人活動	Re 個人活動	IT教室 ストレッチ体操 個人活動	音楽 ストレッチ体操 個人活動	生活ミーティング ストレッチ体操 就労準備精神疾患③ 個人活動	Re 個人活動	脳トレ ストレッチ体操 メタ認知トレーニング 個人活動	Re 個人活動
20 (月)		21 (火)		22 (水)		23 (木)		24 (金)	
音楽鑑賞会 ストレッチ体操 個人活動	セルフチェック 個人活動	プログラムミーティング ストレッチ体操 就労準備リカバリー③ 個人活動	Re 個人活動	百人一首を詠む会 ストレッチ体操 生活向上委員会 個人活動	Re 個人活動	書道 ストレッチ体操 就労準備精神疾患④ 個人活動	Re 個人活動	皆で旅気分 日本一周～北海道～ ストレッチ体操 就労準備リカバリー④ 個人活動	Re 個人活動
27 (月)		28 (火)		29 休日 (水)		30 (木)			
お出かけしましょう! 横浜美術館		パタンク ストレッチ体操 就労準備リカバリー④ 個人活動	Re 個人活動	昭和の日		園芸 ストレッチ体操 就労準備スティグマについて 個人活動	Re 個人活動	Re 個人活動	

スペシャルプログラム

1月 初詣

3月 丘の上園遊会

6月 競技大会

8月 夏祭り

10月 ハロウィン

12月 クリスマス会

今月のPOINT!

春到来

春の足音に誘われて、
みんなで外の空気を
楽しみましょう♪



アメーバブログ →

<http://ameblo.jp/okanouedc>



Yokohama Okanoue Hospital
Daycare instagram
横浜丘の上病院デイケア



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。

デイケア活動中！

午前中は、
クッキング

スペシャルプログラム

桜を待つ会



「桜のパウンドケーキ」 に挑戦



桜パウダーを生地に練りこんで
桜あんを重ねていきます。



オーブンを開けた瞬間、デイケア
ルームが一気に春色に染まりました！

桜の塩漬けを仕上げにトッピング♪
甘じょっぱく芳醇な香りが
これまた美味なのじゃ～！



デイケア活動中!

四季たえず
庭に花咲く
母の心に報いるに足りず
その施設

袴女子
門出を祝う
花冷えや

桜散る
ひぎで眠らん
愛しき君

ブログには、
載せきれなかった
素敵なお春の句をたっぶり
掲載しています。
ぜひ皆さんの力作を
ご覧ください!

川岸の 春桜の芽
下まで降りて
小石がきれい
咲いている

午後は、
それぞれの

春を

詰め込んだ、
手作りの句会を
楽しみました



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

「仕事」は始めるより
継続が難しい。そのためのコツ
知りたいですか？

生きづらさや、これからの希望は人それぞれ。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！

「病気」の考え方

「病気＝体の故障」「健康＝病気がない状態」そんなふうに思われがちですが、これは従来の“生物医学モデル”の考え方です。

今、病気は「体と環境とのバランスが崩れたときに現れるサイン」と捉えられるようになってきました。大切なのは、「病気」を治していただくだけでなく、「健康という状態を整え、デザインしていく」こと。私たちは、みなさんが自分らしく過ごせる“健康のかたち”を一緒に考えていきます。

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)