

# 精神科デイケア かけはしこころ

## 2月

|             | 日曜日 | 月曜日         | 火曜日            | 水曜日            | 木曜日         | 金曜日        | 土曜日        |            |         |
|-------------|-----|-------------|----------------|----------------|-------------|------------|------------|------------|---------|
|             |     |             | 1              | 2              | 3           | 4          | 5          |            |         |
| 10:00~11:30 |     |             | 机の上活動          | 創作             | グループ活動      | 机の上活動      | 手芸         | グループ活動     |         |
| 13:30~14:30 |     |             | 自主活動           | スタッフミーティング     | 環境整備        | 身体測定       | 選択軽運動(2種目) | 全体ミーティング   | 休み      |
|             | 6   | 7           | 8              | 9              | 10          | 11         | 12         |            |         |
| 10:00~11:30 | 休み  | グループ活動      | 机の上活動          | 創作             | グループ活動      | 机の上活動      | 手芸         | 建国記念日<br>  |         |
| 13:30~14:30 |     | テーブルゲーム     | 軽運動<br>かけはし・就労 | 軽運動<br>はつらつ    | 選択活動        | 選択軽運動(2種目) |            |            |         |
|             | 13  | 14          | 15             | 16             | 17          | 18         | 19         |            |         |
| 10:00~11:30 | 休み  | グループ活動      | 机の上活動          | 創作             | グループ活動      | 机の上活動      | 手芸         | グループ活動     |         |
| 13:30~14:30 |     |             | 頭の体操           | 軽運動<br>かけはし・就労 | 軽運動<br>はつらつ | 学んでみよう     | 机の上活動      | 選択軽運動(2種目) | 選択活動    |
|             | 20  | 21          | 22             | 23             | 24          | 25         | 26         |            |         |
| 10:00~11:30 | 休み  | グループ活動      | 月間レク<br>       |                | 天皇誕生日<br>   |            | 机の上活動      | 手芸         | グループ活動  |
| 13:30~14:30 |     | 心理教室 (福地さん) |                |                |             |            | 選択軽運動(2種目) |            | テーブルゲーム |
|             | 27  | 28          |                |                |             |            |            |            |         |
| 10:00~11:30 | 休み  | グループ活動      |                |                |             |            |            |            |         |
| 13:30~14:30 |     | 映画鑑賞        | 机の上活動          |                |             |            |            |            |         |

除雪時の事故が多くなっています。除雪をする際は危険個所の確認や無理をせず行うことを意識してこまめに休憩するようにしましょう。