

2021年12月 デイケアプログラム

【年末年始の診療のお知らせ】2021年12月29日(水)12:30~2022年1月4日(火)までデイケアは閉室します。1月5日(水)9:30より開所します。

	月/開所時間9:30~15:30	火/開所時間9:30~12:30	水/開所時間9:30~15:30	金/開所時間9:30~15:30	土/開所時間9:30~12:30
①10:00~10:40	<p>【おしらせ】12月よりプログラム内容や時間を変更します、ご注意ください。「休憩」の時間は各自ご自由にお過ごしください。ご相談や面談のある方は随時面談予約をさせて頂きます。</p> 		1 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「幼い頃好きだった遊び」	3 外来治療プログラム「GAMPギャンプ」 『ギャンブル依存症回復プログラム』④ 外部講師によるグループセッションです。完全予約制です。	4 クリスマスの陶器絵付け 陶器の絵付けをします。 ①サンタ②ツリー③雪だるまのいずれか。抽選申込制12名限定参加です。
②11:00~12:00			ゲーム 「ウノ」を皆で楽しもう	アンガーマネジメント 「怒り」のコントロール術を知る	12:30で閉室します
③13:00~15:00			音楽鑑賞 好きな曲をリクエストして鑑賞します		
①10:00~10:40	6 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「年内にやっておきたいこと」	7 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の良いところ」	8 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「冬といえば…」	10 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の好きな漫画&本」	11 川柳を楽しもう~クリスマス編~ テーマ「クリスマス」で川柳を楽しく作ってみましょう♪ 初めてでも簡単にできる川柳のコツ。
②11:00~12:00	かんたん手話 テーマ「メリークリスマス」	ポッチャ 陸上カーリングスポーツに挑戦	室内スポーツ「卓球」 テーブル上で卓球をします	パソコンフリー パソコンを自分のペースで学べます	
③13:00~15:00	デザイン・アート「イラスト講座」 Xmasイラストを画用紙いっぱい描こう	12:30で閉室します	書道「毛筆」 季節の書写を筆で練習します	SST(ソーシャルスキルトレーニング) 対人スキルを学ぼう	12:30で閉室します
①10:00~10:40	13 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私の得意な事」	14 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「サンタクロースのはなし」	15 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「私のお家時間紹介」	17 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「昔間違っていた事」	18 ビギナーさんのプログラム デイケア利用2年以内の方のみ参加可能なプログラムです。初回は自己紹介やミーティングを行います。
②11:00~12:00	クイズ 「なんでもランキングクイズ」	創作活動「クリスマスの切り絵」 クリスマスの切り絵を楽しもう♪	カロムを楽しもう♪ おはじとビリヤードを合わせたボードゲーム	パソコンフリー パソコンを自分のペースで学べます	
③13:00~15:00	復活!!室内カラオケを楽しもう! デイケアでジョイサウンドカラオケをします	12:30で閉室します	大画面でゲームをしよう 100インチ画面「クリスマスパーティーゲーム」	ハンドメイド「懐かしの学校工作」 段ボールと毛糸で作るXmas	12:30で閉室します
①10:00~10:40	20 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きなご飯もの」	21 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「好きな言葉」	22 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「自分の好きなところ」	24 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「クリスマスの思い出」	25 クリスマスのクイズ&ゲーム クリスマスにまつわるクイズやゲームを楽しみましょう♪
②11:00~12:00	脳トレ 「かんたんクロスワード」	フィンランドの伝統スポーツ「モルック」 ボウリングに似た競技。20点を目指せ!	室内スポーツ「ダーツ」 公式ダーツを気軽に楽しもう	スマホ講座 テーマ「音楽アプリ」	
③13:00~15:00	音楽セラピー 音楽療法士による楽器演奏やセラピー	12:30で閉室します	DVD「ヒノマルソウル~舞台裏の英雄たち~」 長野五輪、奇跡の金メダルまでの感動実話	認知行動療法入門 ストレスに対処しよう	12:30で閉室します
①10:00~10:40	27 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「年末に必ずすること」	28 朝の報告会・ラジオ体操 テーマ「お正月といえば…」	29 年末のごあいさつ企画 ・今年最後の報告会「今年一年を振り返って」 ・持ち帰り用即席そばの配布をします	31 年末年始休暇のためお休みです	<p>12月はクリスマスイベントがいっぱい♪ 室内カラオケも復活!</p> 
②11:00~12:00	クイズ 「雑学クイズ&なぞなぞ」	創作活動「お正月の折り紙」 お正月用の折り紙を楽しもう♪			
③13:00~15:00	書道「硬筆」 鉛筆文字を美しく描く練習&漢字クイズ	12:30で閉室します	年末年始休暇のため12:30に閉室します		
デイケアプログラムの活動時間			デイケアのお知らせ		
午前	活動準備	9:30~10:00	4日(土)「陶器絵付け」は各12名の抽選申込です。申込締切りは11/29(月)です。11/30(火)に抽選発表を行い申込者全員にご連絡します。空があれば当日参加も可能です。 ・「アンガーマネジメント」「SST」「認知行動療法入門」など心理教育プログラムの「自主活動」の利用は個人情報保護を順守するため、お断りさせて頂きます。 ・金曜「パソコンフリー」は自由に参加頂けます。学びたいパソコン練習をご自身のペースで進めて頂けます。4週目はスマホ講座を開催します。パソコン、スマホの時間は「自主活動」として参加して頂く事も可能です。 ・お食事は12:00~13:00の休憩時間のみ可能です。(月、火曜はお弁当の注文が可能です) ・9月~3月の第1週金曜は外来治療プログラム「GAMP」を行います。予約制です。12/3(金)のデイケア入室は12時以降可能		
	①プログラム活動	10:00~10:40			
	休憩・活動準備	10:40~11:00			
	②プログラム活動	11:00~12:00			
午後	休憩・活動準備・昼食	12:00~13:00			
	③プログラム活動	13:00~15:00			
	休憩	15:00~15:20			
	お帰りの準備	15:20~15:30			

新型コロナウイルスへの対応について

・デイケア入室の際は必ず「石鹸手洗い」「アルコール消毒」「検温」「マスク着用必須」のご協力をお願いします。入室は不織布マスク着用の方のみ可能です。お持ちでない方にはマスクを提供させて頂きます。
 ・水分補給の際は、私語をせず「黙飲」をお願いします。ドリンク類は所定の場所に置いてください。
 ・クラスター発生防止の為、プログラムの参加は12名までとさせて頂きますが、入室制限は行いません。
 ・食事を取る際は消毒と手洗い後、対面にならぬよう机を壁面に向け「黙食(もくしょく)」を心がけて頂くようお願いします。
 ・デイケア内の密を避ける為、デイケア開所9:30以降にお越し下さい。9:30まではエレベーター前や喫煙所も閉鎖します。



→デイケアブログ



→ホームページ