

青山会四十八瀬クリニック デイケアプログラム

平成30年

1月

	月		火		水		木		金		土		
	精神	依存症	精神	依存症	精神	依存症	精神	依存症	精神	依存症	精神	依存症	
	1		2		3		4		5		6		
AM					書道 (書初め)		健康プランニング		カレンダー (デザイン 決め)		散歩		
PM													フリー
	8		9		10		11		12		13		
AM	成人の日		ゲーム		写真 (みんなカメラマン)		買い物		みんなで調理 (買い物)		カレンダー (制作①)		散歩
PM			室内作業		茶話会	ミーティング	フリー	グループ ワーク	みんなで調理 (お汁粉)		音楽鑑賞		
	15		16		17		18		19		20		
AM	フリー	ミーティング	カラオケ		頭の体操		室内作業		初詣&食事会 (寒川神社) 		カレンダー (制作②)		散歩
PM	★みくるべ活動		室内作業		茶話会	ミーティング	フリー	自主活動			音楽鑑賞		
	22		23		24		25		26		27		
AM	フリー	デイケア DARC ミーティング	ゲーム		塗り絵・絵画		デイケア ミーティング		写真 (みんなカメラマン)		カレンダー (制作③)		散歩
PM	★みくるべ活動		室内作業		よろづや 相談室	ミーティング	フリー	グループ ワーク	室内作業		映画鑑賞		
	29		30		31		<お知らせ> ・デイケアの実施時間は9:30~15:30です ・★のプログラムは、みくるべ病院5階(前デイケアのフロア)で実施です ・渋沢駅南口バス出発→13:25 みくるべ病院バス出発→15:10 ・ストレッチ・ヨガは動きやすい服装でご参加下さい(着替えも可) ・その他イベントプログラムは別紙でお知らせ致します ・プログラム内容は、都合により変更する場合があります。予めご了承下さい						
AM	フリー	ストレッチ &ヨガ	カラオケ		坊主めぐり大会 								
PM	★みくるべ活動		室内作業		茶話会	ミーティング							

健康プランニング

毎月定期的に体重や血圧等を測定します。スタッフと生活の振り返りや計画を立て、健康増進をはかります



みくるべ活動

みくるべ病院5階にて活動を行います(卓球・楽器・陶芸などでもできます)



みんなで調理

新年のお汁粉を作ります。皆で材料を買い出し、調理していただきます



ストレッチ&ヨガ

ヨガマットを使用し、全身を使ったストレッチを行います。運動が苦手な方でも安心して参加できます



茶話会

コーヒーを飲みながら、その日の気分や最近の出来事、色々な話題をお喋りします



グループワーク

SMARPP(物質使用障害治療プログラム)を使用した、薬物・アルコール依存症の方専門のプログラムです



依存症プログラムについて

薬物やアルコールに頼ることのない生き方を望む仲間達があります。

デイケアに居場所を作り、専用プログラムや日常生活を通して、それぞれの回復をサポートしていきます。

