

四十八瀬クリニック デイケアプログラム

平成30年 5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	
AM			書道	散歩	ミーティング	憲法記念日		みどりの日		こどもの日		
PM			音楽活動	茶話会	自主活動							
	7		8		9		10		11		12	
AM	フリー	散歩	室内作業	自主活動	ミーティング	デイケアミーティング		健康プランニング		カレンダー(デザイン決め) 室内作業		
PM	みくるべ活動		音楽活動	茶話会	自主活動	買い物 室内作業		室内作業		音楽鑑賞		
	14		15		16		17		18		19	
AM	室内作業		室内作業	総合体育館へ		自主活動	グループワーク	ラインナップ		カレンダー(制作①) 頭の体操		
PM	みくるべ活動		音楽活動	平成30年度スポーツ交流会		みんなで活動	自主活動	カラオケ		音楽鑑賞		
	21		22		23		24		25		26	
AM	フリー	ミーティング	写真(みんなカメラマン)	自主活動	ミーティング	室内作業		ストレッチ&ヨガ		デイケアミーティング		
PM	買い物		音楽活動	茶話会	自主活動	ゲーム		室内作業		カレンダー(制作②)	外部ミーティング	
	28		29		30		31		<small>＜お知らせ＞</small> ・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	ミーティング	フリー	デイケアDARCミーティング	自主活動	ミーティング	自主活動	グループワーク				
PM	カラオケ		音楽活動	よろづや相談室	自主活動	みんなで活動	自主活動					

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）

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

外部ミーティング
 依存症プログラムに新たに加わります。自助グループ（ダルク、断酒会など）の方に来ていただけます。施設紹介やミーティングなど行っていきます

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

よろづや相談室
 みなさんの悩みや生活上のお困りごとをみなさんの力で解決していきます。

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いいます。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。