

桜花会クリニック デイケア 週間プログラム表

赤：就労プログラム 青：心理社会学習プログラム 緑：運動プログラム 黄：交流



朝のミーティング 10:00～	月	火	水	木	金	土
ラジオ体操 (I・II) ※ 任意						
AM 10:30～12:00	自主活動 それぞれ好きな活動を行う時間です。1人で作品を作りたい、集中したい方にオススメです。 	交流 様々な方法で交流を練習する場所です。 トークでの  卓上ゲームでの交流  テレビゲームでの交流 	ストレッチ 外部の講師の指導のもとカラダを動かし、ストレッチや筋トレを行います。 	就労準備 就労に関する情報交換や、仕事に必要な就労マナーや身だしなみ、コミュニケーションなどをグループワークします。 	学習会 公認心理師さんから、自尊心やアングーマネジメント、ストレスマネジメントなど心理社会面の様々なテーマについて 	PC教室 パソコン初心者から熟練者まで、外部講師と共にノウハウを学びます。 
	とまり木プログラム 交流が苦手な人やデイケアに慣れていない方向け。人前での自己開示や他者を知る機会となります。 		自主活動 それぞれ好きな活動を行う時間です。1人で作品を作りたい、集中したい方にオススメです。 			ビギナー それぞれ好きな活動を行う時間です。初めて利用する方にオススメです。 
休憩時間 12:00～13:30						
PM 13:30～15:30	認知リハ 認知機能（記憶・注意・問題解決）を改善する手法で日常生活につながるトレーニングを行います。 	運動 室内でできる少し運動量の高いスポーツをします。天気が良ければ、隣接する公園で運動する事もあります。 	社会認知 対人交流に大切な考え方を技能を学びます。グループワークではSCITやMCT、DMCTをします。 	企画プログラム 季節のイベントや創作活動など皆で楽しむイベント活動です。 	認知リハ 認知機能（記憶・注意・問題解決）を改善する手法で日常生活につながるトレーニング 	茶話会 & リラクゼーション 1週間の終わりを皆でゆったりと過ごしたいと思います。 
	運動 近隣の散歩、ストレッチなど軽い運動をメインに行います。 		日本文化倶楽部 資料を見ながら日本文化（食文化や書道、四季など）について学びます。 		健康 様々な角度から健康を見つめ直し、時には体験しながら健康な生活を目指す活動です。定期的に、栄養士さんの栄養講座もあります。 	
終了ミーティング 15:30～16:00						

★ 開所日：月曜日から土曜日 ※日曜日・祝日はお休み

その他、利用者の皆様からの声から生まれる活動も多くあります

人とつながる

外出



毎月行きたい所を皆さんに聞いて決めています。新たな発見や、1人で行くときと違った楽しさもあるかもしれません。

おとりよせ



皆さん大好きなお取り寄せスイーツを全体ミーティングで選び、月に一回皆さんで食べる日を設けています。美味しいものには会話を弾ませる力があります！！

料理教室



管理栄養士指導の元、月に一度料理教室を開いています。包丁の使い方から調理におけるテクニックまで、初心者から熟練者まで楽しめます。

クラブ活動



共通の話題や内容で集まって何かを成し遂げる、部費をやりくりしながら、和気あいあいと学生に戻った感覚で楽しんでください。
クラブ：（読書・工作・プラモデル・ダチ・写真・麻雀等）

登山・ピクニック



周辺は自然が多く、ハイキングやピクニックに行くなど、外を楽しむ機会もあります。

ケータリング



月に1度、お弁当屋さんで注文をとります。普段用意するお食事とは違った美味しさがあります。

体育館



予約が取れた時にソフトバレー、バドミントン、バウンドテニスを行います。

季節のイベント



ハロウィンやクリスマスなど季節の行事を行います。皆さんで祝うことで気持ちが盛り上がります。

自分の可能性をひろげる

個別対応



全てに対応できるわけではありませんが、個別の施設見学や付き添いなど相談してください。

目安箱

自分の困りごとについて、皆さんはどう思っているのか。匿名で皆さんに尋ねる為の箱があります。

外部講師



生活支援や就労に携わる人をお呼びして、講義をしてもらいます。自身の困りごとに使える支援があるかもしれません。困った時に対処できるように、事前の準備は大事ですね。

全体ミーティング

ご自宅・デイケア・日々の体調など、1ヶ月振り返る機会を持っています。振り返る事で、改善点や行動の癖など今後に活かすアイデアが生まれます。

管理栄養士による

栄養講座



クイズや質問形式で栄養講座を行っています。日頃の食生活を見直す機会となります。

その他

これから**皆さんと**一緒に考えて追加していきます。どんな事がしたいですか？

施設見学



作業所・移行支援事業所・ハローワーク以外にも、消防署や市役所など普段訪れない場所も行きます。

面談・見学・デイケアに関する質問など、お気軽にご相談ください

（午前9時～午後5時 日・祝を除く）

★075-575-2121

★080-5358-2392（不在の場合はこちら）（担当：児嶋（コジマ））

★ 当デイケアは1週間の体験期間（無料）を設けています。実際に体験してみて参加の有無を決めてみてはいかがでしょうか？