

# 精神保健デイケア

## 『ほのぼの』3月予定表



活動日	活動内容	場所
1日 (火)	午前：フリータイム 	福セ：会議室1
8日 (火)	午前：フリータイム	福セ：会議室1
15日 (火)	午前：脳トレタイム (間違い探し・クイズなど) 	福セ：会議室1
22日 (火)	午前：フリータイム 	福セ：会議室1
29日 (火)	午前：レクリエーション (卓球、バドミントン等)	福セ：会議室1 ・多目的ホール

### ほのぼの活動の様子



2/28の活動はレクリエーションで卓球やバドミントンをおこないました。メンバーさんからは「卓球やバドミントンで身体をたくさん動かしてよかった」と感想がありました。

精神保健デイケア「ほのぼの」では精神障害を抱えるメンバー同士が創作活動や軽スポーツ、季節行事などのプログラムを通して、「自分の居場所がある安心感」や「活動に取り組んだ充実感」などを得られるよう活動しています。

■毎週火曜日 午前：10時～12時開催

神栖市社会福祉協議会 波崎支所 電話：0479 (48) 0294  
担当：野口、乳井

### フリータイムメニュー

- フリートーク
- 塗り絵 ●読書
- 創作活動(レジン,デコパージュ,押し花,切り絵,ビーズ,手芸など)
- ゲーム

### 活動時の新型コロナウイルス 予防にご協力をお願い



- マスクの着用
- 手洗い
- 手指の消毒