

# 精神保健デイケア



## 4月予定表



活動日	活動内容	場所
5日 (火)	午前：フリータイム 	福セ：会議室1
12日 (火)	午前：DVD鑑賞 	福セ：会議室1
19日 (火)	午前：フリータイム 	福セ：会議室1
26日 (火)	午前：レクリエーション（卓球、バドミントンなど）	福：多目的ホール

### ほのぼの活動の様子

フリータイムでは自分で何をして過ごすのかを決め、他のメンバーを誘ったり、自分の時間にしたりします。自分が落ち着けたり、楽しみになったりするような活動を見つけて取り組んでいます。



メンバーとフリートーク



創作活動に集中

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。

### 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  
など

### 活動時の新型コロナ感染 予防にご協力をお願い



- マスクの着用
- 手洗い
- 手指の消毒

■毎週火曜日 午前：10時～12時開催

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