

# 精神障害者デイケア



## 令和5年 6月予定表



活動日	活動内容	場所
6日 (火)	10:00～ フリータイム	福セ：休憩室
13日 (火)	10:00～ DVD鑑賞 	福セ：会議室3
20日 (火)	10:00～ ちょこっとウォーキング (いきいきランド散策)・フリータイム	福セ：休憩室
27日 (火)	10:00～ レクリエーション 【卓球・バドミントン】 	福セ：多目的ホール

### ほのぼの活動の様子



5/9の活動はウォーキングでした。スツキリと青空が広がる中、いきいきランドまで散策しました。片道15分、往復3,000歩のウォーキングでした。参加したメンバーから「日頃の運動不足の自分には丁度いい運動になった」と感想がありました。

精神障害者デイケア「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「活動の取り組んだ充実感などを得られるよう活動しています。

### 【お知らせ】

6/20はウォーキングです。  
歩きやすい靴と帽子のご用意をお願いします。

### フリータイムメニュー

- ・塗り絵
  - ・読書
  - ・創作活動
  - ・ゲーム
- など

■毎週火曜日 午前：10時～正午開催

神栖市社会福祉協議会 波崎支所 電話：0479(48)0294