



令和8年 6月予定表

精神障害者デイケア ほのぼの

活動日	活動内容	場所
2日 (火)	10:00～ フリータイム	福セ：会議室3
9日 (火)	10:00～ 園芸活動 (多肉植物の植替え、ランタナ・ポトスの挿し木)	福セ：会議室3
16日 (火)	10:00～ 合唱タイム (声をあわせて童謡・懐メロを歌おう)	福セ：会議室3
23日 (火)	10:00～ 園芸活動 (多肉植物の葉挿し)	福セ：会議室3
30日 (火)	10:00～ レクリエーション 【ラジオ体操・ストレッチ体操】	福セ：多目的ホール

ほのぼのの活動

5月12日の園芸活動では去年の葉挿しで育った苗を大きいサイズの黒ポットに植替えました。

メンバーは大きく育った多肉植物を優しく丁寧に移動していました。



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「仲間と一緒に取り組む充実感」などを得られるよう活動しています。

フリータイムでは創作、塗り絵、習字、読書、パズル、ゲーム、メンバーとおしゃべりなど自分で何をして過ごすのかを決め、落ち着けたり、楽しめる活動を自分で見つけて取り組んでいます。

【体調が悪い時は無理せず静養を】

6月から湿度と気温が高くなります。熱中症に引き続き注意しましょう。

のどが渇く前からの水分補給が大切です。



■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