



小金井市 精神障がい者デイケア

2024年6月 予定表

実施日時 集合場所	タイムスケ ジュール	プログラム ご自宅を出る前に検温をお願いします。 新型コロナウイルス感染拡大防止のため変更になる場合があります。
7日(金) 10:00~12:00 カフェアン	10:00 	建物入り口もしくは自宅にて検温・手洗い・手指消毒 前半:「デイケアミーティング」(自宅からオンライン参加可能) 休憩 後半:「音楽鑑賞」(自宅からオンライン参加可能) 片付け
14日(金) 10:00~12:00 公民館貫井北分館 学習室A	10:00 	建物入り口もしくは自宅にて検温・手洗い・手指消毒 前半:「創作活動 スクラッチアート」 休憩 後半:「茶話会」(参加費100円) 片付け
21日(金) 10:00~12:00 公民館貫井北分館 学習室C	10:00 	建物入り口もしくは自宅にて検温・手洗い・手指消毒 前半:「椅子に座ってタオルストレッチ」 休憩 後半:「室内ゲーム(かるた、トランプなど)」 
28日(金) 10:00~12:00 カフェアン カラオケまねきねこ 武蔵小金井北口店	10:00 10:45 11:00 12:00	建物入り口もしくは自宅にて検温・手洗い・手指消毒 前半:「テーマトーク」(自宅からオンライン参加可能) 休憩(カラオケまねきねこ武蔵小金井店へ移動) 後半:「カラオケ」(カラオケまねきねこ武蔵小金井北口店) 片付け
~当デイケアの紹介~ 対象:小金井市民の方で、精神科に通院しているところの病を持った方。		
~お問い合わせ先~ あん福祉会(電話:042-385-2346) デイケア担当まで <電話受付時間> ●金曜 9:00~15:00 (祝日、年末年始を除く) デイケア担当直通。プログラム中につき出られない場合がございます。 ●月曜~木曜 9:00~18:00 留守番電話にお名前、ご用件、ご連絡先のメッセージを入れて下さい。 金曜日にご連絡いたします。 または、自立生活支援課(電話:042-387-9841)まで ○デイケアへは自転車でお越しいただけます。その他の交通手段についてはご相談ください。 ♪是非お気軽にお問い合わせください♪		

感染症対策のため、入室時の検温、マスク着用、手指消毒のご協力をお願いします。
発熱、喉の痛み等いつもと違う症状がある場合、事務所までご連絡ください。

6月7日(金)

費用:なし

持ち物:帽子、マスク、ハンカチ、検温表、健康チェックシート、飲み物、おすすめの音楽

前半:「デイケアミーティング-次月のプログラムや季節行事の企画やその他デイケアに関わることをゆったり話し合しましょう-」(自宅からオンライン参加可能)

来月のプログラム、季節行事企画、その他デイケアに関わることをメンバー同士で話し合しましょう。皆さんの楽しいことや体験してみたいことを教えて頂けると嬉しいです。



後半:「音楽鑑賞」(自宅からオンライン参加可能)

マイクロソフト チームズを利用してオンラインからのご参加も可能なプログラムです。通信環境や操作方法に不安がある方はカフェアンからスタッフと一緒に参加しましょう。

6月14日(金)

費用:100円(茶話会参加の方)

持ち物:マスク、ハンカチ、検温表、健康チェックシート、飲み物

前半:「創作活動 スクラッチアート」

下絵をなぞる簡単創作です。スクラッチアートキットを未配布の方は用意しているので、その場でお渡しします。

後半:「茶話会」(参加費100円)

お菓子と飲み物を食べながらのんびり過ごします。飲み物は好きなものをご持参下さい。メンバーとの交流にうってつけです。



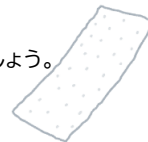
6月21日(金)

費用:なし

持ち物:マスク、ハンカチ、検温表、健康チェックシート、タオルか手ぬぐい(34センチ×80センチ程度、一般的なフェイスタオルのサイズ)、飲み物

前半:「椅子に座ってタオルストレッチ」

座ったままできる簡単ストレッチ。無理せず首、肩の凝り、背中などをゆっくりほぐしましょう。日頃の運動不足解消におすすめです。



後半:「室内ゲーム(トランプ、かるたなど)」

ババ抜きや七並べ、ウノなど簡単なカードゲームを楽しみましょう! 観戦のみもOK!



6月28日(金)

費用:100円(※カラオケ参加の方)

持ち物:マスク、ハンカチ、検温表、健康チェックシート、飲み物

前半:「テーマトーク」(自宅からオンライン参加可能)

テーマに沿って楽しくお喋りマイクロソフト チームズを利用してオンラインからのご参加も可能なプログラムです。通信環境や操作方法に不安がある方はカフェアンからスタッフと一緒に参加しましょう。

後半:「カラオケ」(カラオケまねきねこ武蔵小金井北口店)

カラオケで好きな歌を歌ってストレス発散しましょう! **ワンドリンクあり!**

