

小金井市 精神障がい者デイケア

2024年9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。
6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
	10:50	前半:「デイケア雑談会」
		休憩
	12:00	後半:「音楽鑑賞-演奏も大歓迎-」
13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
	10:40	前半:「座ったまま簡単ストレッチ」
	11:00	休憩(カラオケまねきねこへ移動)
	12:00	後半:「カラオケ」(カラオケまねきねこ武蔵小金井北口店)
20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:「ふわふわボーリング又はふわふわダーツ」
	12:00	休憩
	12:00	後半:「お月見フリートーク」(参加費:100円)
27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
	10:50	前半:「テーマトーク」
	11:00	休憩
	12:00	後半:「防災について楽しく学ぼう」 

～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。

9月6日(金)

費用:なし

持ち物:帽子、マスク、検温表、健康チェックシート(持参無し⇒その場で体調確認でOK)、飲み物、おすすめの音楽、演奏したい楽器

前半:「デイケア雑談会-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-」

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、最近のこと、話したい事を教えて頂けると嬉しいです。



後半:「音楽鑑賞-演奏も大歓迎-」

好きな音楽、おすすめの音楽のリクエストお待ちしております。演奏も大歓迎です。



9月13日(金)

費用:ドリンク代420円
~(カラオケ参加の方)

持ち物:マスク、検温表、健康チェックシート(持参無し⇒その場で体調確認でOK)、飲み物

前半:「座ったまま簡単ストレッチ」

椅子に座ったままできるストレッチです。スタッフと一緒にいきます。無理せずコリをほぐしましょう。



後半: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!ドリンク代のご負担をお願いします。



9月20日(金)

費用:100円(フリー
トーク参加の方)

持ち物:マスク、検温表、健康チェックシート(持参無し⇒その場で体調確認でOK)、飲み物

前半:「ふわふわボーリング又はふわふわダーツ」

とても軽いボーリングセットやダーツを使って、どなたでも参加できる簡単ゲーム。見学のみもOKです。

後半:「お月見フリートーク」(参加費100円)

秋の深まりを感じ、和菓子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。



9月27日(金)

費用:なし

持ち物:マスク、検温表、健康チェックシート(持参無し⇒その場で体調確認でOK)、飲み物

前半:「テーマトーク」

テーマに沿って楽しくお喋り!見学だけでもOKです。



後半:「防災について楽しく学ぼう」

地震、台風、火災など災害はいつくるかわかりません。また、繰り返し行うことで日頃から備えることができます。ぜひこの機会に見直しましょう。防災パンフレット、防災マップ配布あり!