

# 小金井市 精神障がい者デイケア

## 2025年4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。 (一部オンライン対応可能プログラムあり)
4日(金) 10:00~12:00 カフェアン 小金井公園(江戸東 京たてもの園前)	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:「デイケア雑談会」
	11:00	カフェアン→小金井公園へ移動(自転車もしくはタクシー)
	11:50	後半:「小金井公園でお花見」(参加費:200円)※雨天時はカフェアンにて茶話会に変更します
	12:00	小金井公園→カフェアンへ移動(自転車もしくはタクシー)
	12:00	カフェアンにて解散
11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-4月は年度初め。環境が変わったり初めてのことがあったり。困った事や、こんな時どうする?相談してみませんか-」
	11:00	休憩
	12:00	後半:「音楽鑑賞-演奏も大歓迎-」
	12:00	片付け
18日(金) 10:00~12:00 あん工房 201号室調理室	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:「座ったまま簡単ストレッチ」
	11:00	休憩
	12:00	後半:「簡単調理 白玉団子」(参加費200円)
	12:00	片付け
25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:「動画鑑賞」
	11:00	休憩
	12:00	後半:「簡単創作 スクラッチアート」
	12:00	片付け
<p>～当デイケアの紹介～</p> <p>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。</p>		
<p>～お問い合わせ先～</p> <p>あん福祉会(電話:042-385-2346) デイケア担当まで</p> <p>&lt;電話受付時間&gt;</p> <p>●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。</p> <p>●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。</p> <p>または、自立生活支援課(電話:042-387-9841)まで</p> <p>○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。</p> <p>♪是非お気軽にお問い合わせください♪</p>		

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。

<p>4月4日(金)</p> <p>費用:200円(お花見参加の方)</p> <p>持ち物:飲み物</p>	<p><b>前半:「デイケア雑談会」</b> 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。</p> <p><b>後半:「小金井公園でお花見」(参加費:200円)※雨天時はカフェアンで茶話会</b> カフェアンから小金井公園に移動します。場所は江戸東京たても園前で桜を見ながらお菓子を食べましょう。</p> 
<p>4月11日(金)</p> <p>費用:なし</p> <p>持ち物:飲み物、おすすめの音楽、または演奏したい楽器</p>	<p><b>前半:「テーマトーク-4月は年度初め。環境が変わったり初めてのことがあったり。困った事や、こんな時どうする?相談してみませんか-」</b> 普段の些細な困り事、こんなことが苦手、こんな時どうする?気軽に話してみませんか。</p> <p><b>後半:「音楽鑑賞-演奏也大歓迎-」</b> 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。演奏也大歓迎です。</p> 
<p>4月18日(金)</p> <p>費用:200円(簡単調理参加の方)</p> <p>持ち物:飲み物</p>	<p><b>前半:「座ったまま簡単ストレッチ」</b> 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。</p> <p><b>後半:「簡単調理-白玉団子-」(参加費:200円)</b> 白玉粉からお団子を作りましょう!エプロン等はこちらで用意します。</p> 
<p>4月25日(金)</p> <p>費用:なし</p> <p>持ち物:飲み物、スクラッチアートキット(配布済の方)</p>	<p><b>前半:「動画鑑賞」</b> 旅行や趣味の動画や、自然や動物の動画を鑑賞してゆっくりと過ごす時間です。リクエスト也大歓迎!</p> <p><b>後半:「簡単創作スクラッチアート」</b> 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。</p>