

令和4年度 精神障害者ミニデイケア 年間計画表

☆今年度のテーマ☆

ほっと一息つきましよう♪



回数	日時	内容
	4月	お休み
第1回	令和4年5月6日（金） 午後	今年の目標を決めよう・お菓子作り
第2回	令和4年6月8日（水） 午後	アイロンプリントで雑貨作り (講師：サポートびあさん)
第3回	令和4年7月6日（水） 午後	好きな音楽を持ち寄ろう
第4回	令和4年8月5日（金） 午後	簡単な運動～心と身体をリラックス～
第5回	令和4年9月7日（水） 午後	防災のヒントを見つけよう！
第6回	令和4年10月11日（火） 午前中～	高知県立美術館へ行こう♪ (※交通費等が必要な場合があります)
	11月	お休み
第7回	令和4年12月7日（水） 午後	年賀状・カレンダーづくり (講師：サポートびあさん)
第8回	令和5年1月6日（金） 午後	お正月飾りを作ろう
第9回	令和5年2月7日（火） 午後	バレンタインのお菓子作り・1年間の振り返り
第10回	令和5年3月20日（月） 午前中～	お花見に行こう

*実施回数：年間 10 回

*場 所：南国市保健福祉センター 他

*各ミニデイの詳しい時間帯は毎月の案内文書でお知らせします。

*内容は変更になる場合があります。

*参加する場合には、事前予約が必要です。

特に外出等の活動では、事前予約がないと参加できない場合があります。



お問い合わせ先

南国市保健福祉センター（精神保健担当） TEL: (088) 863-7373