

小金井市 精神障がい者デイケア

2026年3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)	
6日(金) 10:00~12:00 あん福祉会	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 11:00	 トーク	前半:「フリートーク-(季節の話題やマイブーム等楽しく話しませんか)-」
		休憩	
	11:00	 学習	後半:「春と言えば新生活! ゴミの分別方法について知ろう」
		片付け	
13日(金) 10:00~12:00 あん福祉会 上水公園	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 11:00	 トーク	前半:「テーマトーク-春の楽しみ-」
		休憩	
	11:00	 運動	後半:「小金井市内外出シリーズ-上水公園までウォーキング-」
		解散	
3月20日は祝日の為デイケアはお休みです			
27日(金) 10:00~12:00 あん福祉会	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 11:00	 創作	前半:「選べる創作活動-塗り絵、ペン習字、簡単脳トレ(数独、クロスワード)他-」
		休憩	
	11:00	 音楽	後半:「推し紹介-音楽編♪-(演奏も歓迎)」
		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。

3月6日(金)	プログラム内容
前半 10:00～10:50 費用:なし 持ち物:飲み物	「フリートーク-(季節の話題やマイブーム等楽しく話しませんか)-」 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いたいです。 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 11:00～12:00 費用:なし 持ち物:飲み物	「春と言えば新生活！ゴミの分別方法について知ろう」 ゴミの分別なんとなくでやっていませんか？小金井市の分別方法について改めて楽しく学ぼう！
3月13日(金)	プログラム内容
前半 10:00～10:50 費用:なし 持ち物:飲み物	「テーマトーク-春の楽しみ-」 テーマに沿って楽しくおしゃべり！聞くだけでもOKです。 
後半 11:00～12:00 費用:なし 持ち物:飲み物	「小金井市内外出シリーズ-上水公園までウォーキング-」 あん工房から徒歩10分程の距離にある上水公園。実は災害時の避難場所でもあります。ウォーキングも兼ねて道順を確認しましょう。
3月20日は祝日の為デイケアはお休みです	
3月27日(金)	プログラム内容
前半 10:00～10:50 費用:なし 持ち物:飲み物	「選べる創作活動-塗り絵、ペン習字、簡単脳トレ(数独、クロスワード)他-」 色々な創作活動やパズルゲームをご用意します。各自で好きな物を選んで取り組んでみましょう 
後半 10:50～12:00 費用:なし 持ち物:飲み物、 おすすめの音楽、 演奏したい楽器	「推し紹介-音楽編♪-」 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。演奏も歓迎♪ 