



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 あん福社会	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	 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)-」
	11:00	休憩	
	12:00	 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」
	12:00	片付け	
13日(金) 10:00~12:00 あん福社会 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	 トーク	前半:「テーマトーク-春の楽しみ-」
	11:00	休憩	
	12:00	 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-」
	12:00	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 あん福社会	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	 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-」
	11:00	休憩	
	12:00	 音楽	後半:「推し紹介-音楽編♪-(演奏も歓迎)」
	12:00	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~ あん福社会(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 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♪	