


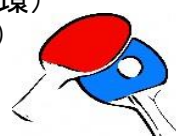
# 小金井市 精神障がい者デイケア 平成30年5月 予定表

| 実施日時<br>集合場所  | タイムスケジュール      | プログラム   |
|---|----------------|---|
| 4日(金)祝日   | 祝日のためお休み       |   |
| 11日(金)<br>10:00~12:00<br>公民館貫井北分館   | 10:00          | 晴天の場合<br>外出プログラム<br>滄浪泉園へ散策<br>雨天の場合は茶話会、ゲーム 学習室A |
|   | 11:50<br>12:00 |   |
|   | 10:00          | 前半:「6月のプログラム作り」                                   |
| 18日(金)<br>10:00~12:00<br>10時に武蔵小金井駅<br>中央改札出て正面集合<br>駅前ドンキホーテで<br>食材の買い出しをします。<br>公民館貫井北分館<br>生活室 | 10:50<br>11:00 | 休憩  |
|   | 11:50          | 後半:楽々調理「肉じゃが定食」                                   |
|   | 12:00          | 片付け・解散  |
| 25日(金)<br>10:00~12:00<br>小金井市総合体育館  | 10:00          | 体を動かすレクリエーション                                     |
|   | 11:50          | ※途中休憩あり   |
|   | 12:00          | 片付け・解散  |

午後の将棋プログラム5月18日(金)13:00~14:30  
場所:あん工房203号室 参加費 無料 (堀田講師)

## ～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。  
利用にあたってのお問い合わせ先:あん福祉会(電話:042-385-1126)  
担当:吉尾・南高まで 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♪

|   |  |
|---|--|
| <p>5月11日(金)</p> <p>費用:入場料50円<br/>(手帳有りで無料)</p> <p>DCより50円補助<br/>有り</p>  | <p><b>滄浪泉園へ散策</b><br/> <b>緑の一番美しい季節です。公民館貫井北分館から10分ほどの癒しのスポットに出かけませんか。気分をリフレッシュしましょう。</b></p>  |
| <p>5月18日(金)</p> <p>費用:100円<br/>DCより150円<br/>補助有り</p> <p>持ち物:エプロン<br/>三角巾<br/>(行きの買い出しの時のバス代は補助有り。手帳ある方は持参して下さい)</p> | <p><b>前半:6月のプログラム作り</b><br/>         6月のプログラムについて話し合います。<br/>         毎月の振り返りアンケートでの、プログラム提案の</p> <p><b>後半:楽々調理「肉じゃがが定食」</b></p> <p>ホカホカご飯にジャガイモ、にんじん。<br/>         夏に向けて新鮮な野菜を美味しい味付けで。</p>    |
| <p>5月25日(金)</p> <p>費用:体育館履きを借りる方は200円</p> <p>持ち物:体育館履き・タオル・飲み物<br/>着替え(必要の方)</p>                                    | <p><b>体を動かすレクリエーション</b><br/>         小金井市総合体育館で体を動かすレクリエーションをします。<br/>         卓球やダーツ、ボールを使ったゲームなど、運動が得意な人もそうでない人も楽しめるようなプログラムです。動きやすい服装でご参加ください。</p> <p>○関東バス 9:25武蔵小金井駅発 境橋、三鷹駅行き<br/>         ※小金井公園前下車徒歩5分 片道200円(手帳で半額)</p> <p>○CoCoバス 9:20 9:40 武蔵小金井発(北東部循環)<br/>         9:29 9:49 東小金井発(北東部循環)<br/>         ※小金井公園入口下車徒歩6分 片道100円</p>  |