

デイケアとは

様々な活動や体験を通して、自分らしく生活を送るためのリハビリテーションです

こんな方は デイケアにどうぞ

- * 家に閉じこもりがちなので、外に出るきっかけが欲しい
- * また病気が悪くなるのではと心配
- * 生活のリズムづくりをしたい
- * 人とのつきあいが上手になりたい
- * 話しをする相手が欲しい
- * 安心して過ごせる居場所が欲しい
- * 普段の生活をもっと充実させたい
- * 働くために体調を整えたい



開所日

月～金
第2・第4土曜日
(祝日はお休みです)

時間

9:30～15:30
(半日の利用もできます)

場所

デイケア棟 (北館3階)

スタッフ

医師、作業療法士、看護師、
公認心理師、精神保健福祉士

費用

各種保険適用
自立支援医療制度対象
活動によっては実費を頂きます

ご家族の方へ

ご家族の方と共に援助していけるよう、定期的に家族会を開催しております。
また、お困りごとがございました

若久病院 デイケアの ご案内



作：そよ風グループ (水)

医療法人 慈光会
若久病院 デイケア

〒815-0042
福岡市南区若久5-3-1

☎ 092-551-2231
HP <https://wakahisa.or.jp>

活動紹介（主なプログラム）

【全体活動】

翌月の予定を皆で話し合って決め、軽スポーツ（卓球・モルック・パタンク etc）、ゲームやクイズなどを楽しみます。

■月～金



【SST：社会生活技能訓練】

認知行動療法に基づいたリハビリテーション。会話の練習やストレス対処・問題解決などのスキルを身につけていきます。

■月：PM



【個人創作】

各自で課題（作品）を決め、自分のペースで取り組む時間です。

■火：AM
（書道講師在席）
■木：PM



【グループ活動】

いつも同じメンバー（4～7人程度）で活動を行い、安心して過ごせる居場所、仲間づくりを目的としています。

■水



【メディカル・ヨガ】

呼吸や姿勢を意識しながら、ゆっくりヨガやマッサージを行います。緊張をほぐし、血行・循環を促し、心と体のリラクゼーションを図ります。

■金：AM



【サロン】

話してもいい、黙っていてもいい、ティーカップを囲む優しい距離感おだやかな音楽につつまれて、自分を取り戻すひととき…

■月・木：AM
■火・金：PM



【外来料理】

その日の参加者でメニューを決め、昼食を作って食べます。料理の練習、レパートリーも増やせます。

■木：AM



【いきいき体操】

楽しくおしゃべりしながら健康作り。ストレッチ体操、コグニサイズや脳トレを行っています。

■火：PM
■金：AM



見学や体験参加も随時行っています。
ご希望の方は、主治医・病院スタッフにお尋ね下さい。