

2018 年 1 月

☆ デイケアプログラム表 ☆

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|---|---|---|------------------------------|----------------------------------|
| 日 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 午前 |  お正月休み 1月 | | | 新春書き初め | 卓球 ----- バレー(コート) | 新春餅つき大会 |
| 午後 | | | | 正月遊び プログラム | 脳トレ | Rise初詣 |
| 日 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 午前 | 成人の日 | 書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※) | Weの時間 ----- マンダラ塗り絵 | 健康体操 ----- ハンドメイド | 脳トレ ----- バレー(コート) | 卓球 |
| 午後 | | ポッチャ ----- ヘルスマネジメント | AKITAの部屋 | ウォーキング de スポーツ ----- Kの時間 | リラクゼーション ----- CBT(※) | ボードゲーム ----- 作品鑑賞会 |
| 日 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 午前 | レクレッチ ----- SST®(※) | 書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※) | 全体のプログラム | 卓球 ----- ハンドメイド | 季節の飾り作り ----- バレー(コート) | 紙粘土工作 |
| 午後 | 創作川柳 ----- SST®(A) | コラージュ ----- PCプログラム初級 | 全体ミーティング (外出ランチ) | カラオケBOXへ 行こう♪ ----- スタディ | 脳トレ | メンバーによる プログラム |
| 日 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 午前 | ポッチャ ----- SST®(※) | 書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※) | 卓球 ----- ニュースディスカッション | ★★★Rise | 脳トレ ----- バレー(コート) | パターゴルフ ----- ラポールdeアクティビティ |
| 午後 | ウォーキング de スポーツ ----- SST®(A) | ボードゲーム ----- ヘルスマネジメント | プラバン創作 ----- PCプログラム中級(※) ----- ラポールdeポーリング | 木工創作 with 成瀬さん | ハンドメイド ----- マンダラ塗り絵 | 異文化に触れよう |
| 日 | 29 | 30 | 31 | | | |
| 午前 | レクレッチ ----- IMR(※) | 書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※) | 室内スポーツ ----- 当事者研究(※) |  | | |
| 午後 | サークル活動 発表会 | リラクゼーション ----- マインドフルネス | Rise up ☺ ----- リーディングcafé(※) | | | |
| 日 | | | | | | |
| 午前 | ※は事前登録制のプログラムです。 SST®(A)はどなたでも参加できます。 SST®(B)は同じメンバーで行います。 | | | | | |
| 午後 | | | | | | |