

2018 年 3 月

☆ デイケアプログラム表 ☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3
午前				健康体操	室内スポーツ	ウォーキングde スポーツ
午後				梅を見に行こう！ ～大倉山公園～ Kの時間	パレー(コート)	脳トレ
日	5	6	7	8	9	10
午前	レクレッチ ----- ニュースディスカッション	書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※)	R i s e @ m a s a z a バ ス 牧 場 旅 行	ハンドメイド	脳トレ	Weの時間
午後	卓球 ----- SSTⓑ(※)	リラクゼーション ----- 季節の飾り作り		カラオケBOXへ 行こう♪ ----- スタディ	マンダラ塗り絵	パレー(コート)
日	12	13	14	15	16	17
午前	健康体操	書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※)	★★★Rise & お菓子作り	Rise up ライト ----- ハンドメイド	脳トレ	卓球 ----- SSTⒶ
午後	ボードゲーム ----- SSTⓑ(※)	ウォーキングde スポーツ ----- ヘルスマネジメント	旅行壁新聞づくり	卓球 ----- マインドフルネス	作品鑑賞会 ----- PCプログラム中級	メンバーによる プログラム
日	19	20	21	22	23	24
午前	ウォーキングde スポーツ ----- ニュースディスカッション	書道 ----- スタディ ----- ピアミーティング(※)	春分の日	卓球 ----- ハンドメイド	脳トレ	アロマテラピー講座
午後	創作川柳 ----- SSTⓑ(※)	Weの時間 ----- 当事者研究(※)		木工創作 with 成瀬さん	リラクゼーション ----- CBT(※)	室内スポーツ
日	26	27	28	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(※)	卓球 ----- SSTⒶ	Rise up ☺ ----- ハンドメイド	グループコラージュ	パターゴルフ▶
午後	ボードゲーム ----- リーディングcafé(※)	季節の飾り作り ----- ヘルスマネジメント	AKITAの部屋	ボッチャ ----- マインドフルネス	脳トレ	異文化に触れよう
日						
午前	<p>※は事前登録制のプログラムです。 SSTⒶはどなたでも参加できます。 SSTⓑは同じメンバーで行います。</p>					
午後						