

2018 年 12 月

☆ デイケアプログラム表 ☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日						1
午前						卓球
午後						スタディ
日	3	4	5	6	7	8
午前	ニュースディスカッション ~2018を振り返ろう~ クリスマス飾り作り	書道 スタディ ピアミーティング(※)	レクレッチ 大人の塗り絵	卓球 スタディ(Rise2)	脳トレ バレーボール	アロマセラピー ラポールde陶芸
午後	公園deスポーツ SST®(※)	年賀状作り🐾 ヘルスマネジメント リワ会(※)	ポッチャ クリスマス飾り作り PCプログラム初級	頭のストレッチ ウォーキング	続・年賀状作り🐾 Jobプログラム(※)	メンバーによる プログラム スタディ
日	10	11	12	13	14	15
午前	Rise up Light (シェイプアップ) IMR	書道 スタディ ピアミーティング(※)	パターゴルフ🏌️ & ダーツ 個人コラージュ	健康体操 ~スロトレ編~ スタディ(Rise2)	脳トレ バレーボール	蓮見WORLD (音楽プログラム) マンダラ塗り絵
午後	アイロンビーズ 🎄X'masオーナメント🎄 SST®(※)	公園deスポーツ 植物を育てよう🌱 PCプログラム中級	カラオケBOXへ 行こう🎵 スタディ	ラポール de ボーリング クリスマス飾り作り	リラクゼーション Jobワーク CBT(※)	ボードゲーム 作品鑑賞会
日	17	18	19	20	21	22
午前	利き〇〇選手権 ピアミーティング(※)	書道 スタディ	卓球 絵画の時間	レッツWii (旧 Weの時間) スタディ(Rise2)	脳トレ バレーボール	 Rise クリスマス会
午後	リアル野球盤 SST®(※)	ポッチャ ヘルスマネジメント	AKITAの部屋 (音楽プログラム)	創作川柳 図書館へ行こう📖 マインドフルネス	クリスマス会準備 Jobプログラム(※)	
日	24	25	26	27	28	29
午前	振替休日	書道 スタディ ピアミーティング(※)	Rise up 🍷 (シェイプアップ) カレンダー作り	健康体操 スタディ(Rise2)	脳トレ 季節の飾り作り	健康レクリエーション & リアル野球盤 ~Rise紅白戦~
午後		パターゴルフ& ダーツ プラバン創作 リーディングcafé(※)	リラクゼーション 当事者研究(※)	年末特別 プログラム	ボードゲーム Jobワーク CBT(※)	異文化に触れよう ~年末スペシャル~
日		31				
午前	大晦日	(※)は事前登録制のプログラムです。 参加を希望される場合はスタッフにご相談ください。 また全てのプログラムで個別に自習を行うことができます。 卓球部: 毎週木曜昼休み(Rise2) バンド: 毎週金曜日昼休み(Rise2)				
午後						