

2019 年 4 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	健康体操	書道 ----- スタディ	卓球	お花見お弁当作り	脳トレ	パターゴルフ♪ & ダーツ
	スタディ	ピアミーティング(※)	PCプログラム初級	スタディ(Rise2)	バレーボール	ラポールde陶芸
午後	お花見🌸 ウォーキング	頭のストレッチ	ボッチャ	お花見🌸 @三ッ池公園	ボードゲーム	Rise クイズダービー
	SST®(※)	ヘルスマネジメント	CBT(※)	スタディ	Jobワーク	
日	8	9	10	11	12	13
午前	みんなで ウォーキング計画	書道 ----- スタディ	エアホッケー & エアカーリング	パターゴルフ♪ & ダーツ	脳トレ	卓球
	IMR	ピアミーティング(※)	絵画の時間	スタディ(Rise2)	バレーボール	ラポールde陶芸
午後	公園deスポーツ	リラクゼーション	アイロンビーズ	エンジョイ☆セルフケア 図書館へ行こう□	リアル野球盤	お出かけプログラム @横浜橋商店街
	当事者研究(※)	ものづくりcafé	マインドフルネス	リワ会(※)	Jobプログラム(※)	マンダラ塗り絵
日	15	16	17	18	19	20
午前	レクレッチ	書道 ----- スタディ	季節の飾り作り	卓球	脳トレ	健康レクリエーション
	ニュースディスカッション	ピアミーティング(※)	PCプログラム中級	スタディ(Rise2)	バレーボール	スタディ
午後	みんなで ウォーキング	ボードゲーム	AKITAの部屋	トリセツ de ストレスチェック👤 (Rise2)	ボッチャ	ウォーキング☺
	SST®(※)	ヘルスマネジメント	CBT(※)	プラバン創作	Jobワーク	作品鑑賞会
日	22	23	24	25	26	27
午前	利き〇〇選手権	書道 ----- スタディ	卓球	健康体操	脳トレ	メンバーによる プログラム
		ピアミーティング(※)	季節の飾り作り	スタディ(Rise2)	バレーボール	ラポールde陶芸
午後	ボードゲーム	リラクゼーション	リアル野球盤	カラオケBOXへ 行こう♪	公園deスポーツ	異文化に触れよう
	SST®(※)	リーディングcafé(※)	マインドフルネス	リワ会(※)	Jobプログラム(※)	
日	29	30				
午前	昭和の日	書道				
		スタディ				
午後	リアル野球盤 ~GWスペシャル~					

(※)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・土曜日昼休み(Rise2)