2019 年 5 月　☆ デイケアプログラム表 ☆

曜日	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4
午前			卓球	ボッチャ	室内スポーツ	ボードゲーム
午後			頭のストレッチ	作品鑑賞会	Kの時間	茶話会 ～GW編～
日	6	7	8	9	10	11
午前	振替休日	書道 スタディ	心と体の講義 ～ストレス編～	卓球	脳トレ	健康レクリエーション
		ピアミーティング（※）	スタディ	スタディ(Rise2)	バレーボール(※)	ラポールde陶芸
午後		アイロンビーズ	スイーツタイム	お出かけプログラム ＠横浜橋商店街	創作川柳 ウォーキング	Rise クイズダービー
		ヘルスマネジメント	マインドフルネス	PCプログラム初級	Jobワーク	
日	13	14	15	16	17	18
午前	卓球	書道 スタディ	THE　健康法	ストラックアウト & ダーツ	脳トレ	蓮見WORLD （音楽プログラム）
	IMR	ピアミーティング（※）	貼り絵	スタディ(Rise2)	バレーボール(※)	ラポールde陶芸
午後	頭のストレッチ	リラクゼーション	リアル野球盤	全体ミーティング	公園deスポーツ	1駅だけ☆ ゆったり散歩
	SST Ⓑ（※）	絵画の時間	CBT（※）		Jobプログラム（※）	作品鑑賞会
日	20	21	22	23	24	25
午前	健康体操	書道 スタディ	パターゴルフ & ダーツ	みんな大好き 〇〇パーティ	脳トレ	卓球
	貼り絵	ピアミーティング（※）	季節の飾り作り	スタディ(Rise2)	バレーボール練習試合	スタディ
午後	プラバン創作	美術館へ行こう ものづくりcafé	リアルすごろく	木工創作with 成瀬さん	エンジョイ☆セルフケア 季節の飾り作り	異文化に触れよう
	SST Ⓑ（※）	ヘルスマネジメント	マインドフルネス	トリセツ	ニュースディスカッション	
日	27	28	29	30	31	
午前	卓球	書道 スタディ	Riseバス旅行 城ヶ島 / スタディ & クッキング	利き〇〇選手権	脳トレ	
	マンダラ塗り絵	ピアミーティング（※）		スタディ(Rise2)	バレーボールMTG(※)	
午後	頭のストレッチ	バス旅行前日MTG(昼)	作品鑑賞会	カラオケBOXへ 行こう♪	リアル野球盤	
	当事者研究(※)	リラクゼーション リーディングcafé(※)		PCプログラム中級	Jobプログラム（※）	

（※）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)