



デイケア 5月プログラム



2Fデイケア
ルームにて
合同

《一日の流れ》

9:30 開始 昼食づくり	10:00 朝のミーティング	10:30~ 朝の プログラム	11:45~ 昼食 昼休み	13:00~ 昼の プログラム	14:30~ スポーツ (合同)	15:30~ 帰りの ミーティング	16:00 終了
---------------------	-------------------	-----------------------	---------------------	-----------------------	------------------------	-------------------------	-------------

月	火	水(2Fで合同)	木(2Fで合同)	金(2Fで合同)	土(2Fで合同)	日
	3	4	5	6 AM:散歩 / オセロ交流会 PM:目標ノート/ワードバスケ交流会 スポーツ	7 AM:卓球交流会 PM:陶芸(~14:30) スポーツ	8 休み
9	10 コンパス AM:革細工 PM:CBT⑧ / 卓球交流会 15時~シャッフル 15時半DCミーティング	11 クローバー AM:セルフマネジメント PM:マインドフルネス スポーツ シャッフルミーティング	12 10:15~陶芸 PM:スキルアップ マインドフルネス③ スポーツ	13 AM:WRAP① / カードゲーム交流会 PM:麻雀大会 / 絵しりとり交流会 スポーツ	14 AM:ガーデニング PM:手芸 スポーツ	15 休み
16	17 コンパス AM:WRAP / フリータイム PM:CBT⑨ / フラ板・アイロンピース スポーツ シャッフルミーティング	18 クローバー AM:やさしいアロマヨガ PM:シリアスミーティング スポーツ	19 AM:アンダーマネジメント PM:スキルアップ マインドフルネス④ スポーツ	20 AM:室内スポーツ(バドミントンなど) PM:陶芸(~14:30)/ジグソーパズル交流会 スポーツ	21 AM:お勤めの本を紹介しあう会 PM:麻雀交流会 スポーツ	22 休み
25	24 コンパス 行事 AM:バレーボール・ボードゲーム交流会 PM:バレーボール・ボードゲーム交流会 15時~お茶会 15:30~6月の行事決め	25 クローバー 行事 AM:シャトレーゼ散歩 PM:フラワーアレンジメント 14:30~ティータイム	26 AM:散歩 PM:マインドフルネス スポーツ シャッフルミーティング	27 AM:WRAP② / 黒髪危機一髪交流会 PM:大人の塗り絵 スポーツ	28 AM:カードゲーム交流会 PM:人間関係で心がけていることを シェアする会 スポーツ	29 休み
30	31 コンパス AM:談話式SST / フリータイム PM:CBT⑩ / オススメのマンガを紹介する会 スポーツ シャッフルミーティング	クローバー AM:クラブト(切り紙) PM:CBT⑩ アサーション入門 スポーツ				

★スキルアップグループは木曜13:00~14:30、1階DCルームにて行います。主治医の許可と事前登録が必要です。★青い文字の表記は自主グループです。