














デイケアコンパス 2月プログラム

《一日の流れ》

9:30/10:00	10:30~	11:45~	13:00~	14:30~	~	15:45~	16:00
昼食作り 朝のミーティング	朝の プログラム	昼食 屋休み	屋の プログラム	スポーツ (合同)	片付け 清掃	帰りの ミーティング	DC終了

2Fデイケアルー
ムにて合同

月	火	水(2Fで合同)	木(2Fで合同)	金	土(2Fで合同)	日
				1	2	3
				AM: 談話式SST PM: 陶芸(合同) スポーツ シャッフルミーティング	AM: 手芸/散歩 PM: 農作業 スポーツ	休み
4	5	6	7	8	9	10
休み	AM: アクティフ・フック・ダイアログ (WRAPの本) PM: はじめてのCBT① (マインドフルネス入門) デイケアミーティング	AM: シリアスマーケティング PM: アロマヨガ スポーツ	AM: グラウンドスポーツ PM: スキルアップグループ ティータイム 	AM: 談話式SST PM: 新聞とざい絵 スポーツ シャッフルミーティング 	AM: 手芸/ギター教室 PM: 陶芸 スポーツ	休み
11	12	13	14	15	16	17
建国記念 	AM: 3月のチャレンジ料理決め PM: はじめてのCBT① (オリエンテーション) スポーツ	AM: シリアスマーケティング PM: 協同めい絵 スポーツ 	AM: チームでつくるチャーハン作り PM: 麻雀大会 スポーツ 	AM: 談話式SST PM: 陶芸(合同) スポーツ シャッフルミーティング	AM: 手芸/シャッフルミーティング PM: 合唱会(カラオケ室にて) スポーツ	休み
18	19	20	21	22	23	24
休み	AM: ビニャータ作り・たこ作り PM: はじめてのCBT② (考え方と抑うつ) 	AM: 近況報告会 PM: コラージュ スポーツ 	AM: イタリア語講座 PM: 坐禅 スポーツ	AM: 談話式SST PM: JJファーム スポーツ シャッフルミーティング	AM: 手芸/卓球ダブルス交流会 PM: 陶芸 スポーツ	休み
25	26	27	28			
休み	内行事: * ビニャータやるよ  * 羽根つき  * イタリア語で歌おう  * 絵かき歌クイズ  * たこあげ 	AM: シリアスマーケティング PM: 心と体のストレッチ スポーツ	AM: 神明神社に行こう!  PM: スキルアップグループ/ 英会話 スポーツ			

★シャッフルミーティングは、気軽に話せるテーマを設定し、2グループでおしゃべりをします。毎週金曜15:30~行います。

★スキルアップグループは木曜13:00~14:30、3階にて行います。主治医の許可と事前登録が必要です。