

デイケアアクローバー 6月プログラム

《一日の流れ》

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

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
	<p>2018年5月より、週3日(水、木、土) コンパスと合同デイケアになります。 場所はすべて2Fデイケアルームを使用します。</p>			1 AM:お菓子作り(どらやき) PM:アロマバスボムづくり スポーツ	2 AM:手芸/自己紹介カード PM:陶芸 スポーツ	3 休み
4 休み	5 AM:デイケアミーティング PM:はじめてのCBT④ (エグザサイズの効果) 14:30~15:00 外行事ミーティング	6 AM:シリアスミーティング PM:カードゲーム交流会 スポーツ	7 AM:チャームづくり PM:グラウンドスポーツ	8 AM:おすすめ動画鑑賞会 PM:陶芸(合同)/ 初心者歓迎麻雀会 スポーツ	9 AM:手芸/ギター教室 PM:臨時合同ミーティング (合同でやりたいプログラム、 朝・帰りのミーティングについて) スポーツ	10 休み
11 休み	12 AM:農作業 PM:はじめてのCBT⑤ (問題解決法) スポーツ	13 AM:シリアスミーティング PM:フルーツポンチ付き ティータイム スポーツ	14 AM:合同シャッフルミーティング PM:スキルアップグループ スポーツ	15 AM:料理(アジの南蛮漬け) PM:リハビリノート (注意サインのフラン) スポーツ	16 AM:手芸/農作業 PM:陶芸 スポーツ	17 休み
18 休み	19 AM:読書会 PM:はじめてのCBT⑥ (不眠の行動療法) スポーツ	20 AM:シリアスミーティング PM:健康・病気について語り合う会 (強迫性障害編) スポーツ	21 AM:イタリア語講座 PM:スキルアップグループ スポーツ	22 AM:目標ノート PM:陶芸(合同)/SST スポーツ	23 AM:手芸/アロマヨガ PM:合唱会 (カラオケルームにて) スポーツ	24 休み
25 休み	26 行事: 韓国風焼肉パーティー スポーツ	27 AM:シリアスミーティング PM:心と体のストレッチ スポーツ	28 AM:坐禅 PM:スキルアップグループ/ 茶会話 スポーツ	29 AM:脳トレ PM:バドミントン交流会 スポーツ	30 AM:手芸/TSUTAYA散歩 PM:麻雀大会 スポーツ	

★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。

★リハビリノートは、WRAP(元気回復行動フラン)を参考にしたプログラムです。