


デイケアクローバー 7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	14:30~15:00 スポーツ	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																
1 休み	2 3 AM: テイケアミーティング PM: はじめてのCBT⑩ (アサーション入門) スポーツ 	4 AM: シリアスミーティング PM: セブテザートお茶会 スポーツ 	5 AM: ウォーキング PM: スキルアップグループ/ 七夕短冊・飾りづくり スポーツ 	6 AM: お菓子作り(クリームあんみつ) PM: 陶芸(合同)・ティータイム スポーツ 	7 AM: 手芸 / 農作業 PM: 合同ミーティング スポーツ 	8 休み																
9 10 AM: 片付けのアイデアを出し合う会 PM: はじめてのCBT⑪ (マインドフルネス入門) スポーツ 	11 AM: シリアスミーティング PM: アロマヨガ スポーツ 	12 AM: すずめ雀・麻雀交流会 PM: スキルアップグループ スポーツ 	13 AM: 料理(チーズダッカルビ) PM: リハビリノート (調子が悪いときのサイン) スポーツ 	14 AM: 手芸 / キター教室 PM: 陶芸 スポーツ 	15 16 AM: 農作業 PM: はじめてのCBT① (オリエンテーション) スポーツ 	17 AM: シリアスミーティング PM: 健康・病気について語る会 (不眠・疲労感について) スポーツ 	18 AM: イタリア語講座 PM: どうぶつしょうぎ交流会 スポーツ 	19 AM: ジョブグループ PM: 陶芸/SST スポーツ 	20 AM: 手芸 / 合同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 	21 22 行事: 夏祭り カラオケ大会 スイカ割り 焼きそば・かき氷づくり スポーツ 	23 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 	24 AM: なごなご・クイズを出し合う会 PM: 茶会話 スポーツ 	25 AM: カードゲーム交流会 PM: 卓球大会 スポーツ 	26 AM: 手芸 / 坐禅 PM: 陶芸 スポーツ 	27 28 AM: 読書会 PM: はじめてのCBT② (考え方と抑うつ) スポーツ 	2018年5月より、週3日(水、木、土) コンパスと合同テイケアになります。 場所はすべて2Fデイケアルームを使用します。						29 30 31

★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(元気回復行動プラン)を参考にしたプログラムです。