

デイケアクローバー 12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
--------------------------------	----------------------	--------------------	----------------------------	---------------------	-----------	------------------------------



コンパスで合同



クローバーで合同

月	火	水	木(コンパスで合同)	金	土(クローバーで合同)	日
				1	2	3
	5月より週2日(木、土)コンパスと合同デイケアになります。 木曜日はコンパスで合同、土曜日はクローバーで合同です。			AM:料理(おき焼き) PM:ベルカントセラピー/ クリスマス飾りつけ スポーツ:裏庭	AM:農作業/手芸 PM:陶芸 スポーツ:裏庭	休み
4	5	6	7	8	9	10
休み	AM:デ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:裏庭	AM:節約術を出し交流会 PM:リハビリノート 合同スポーツ:裏庭	AM:TSUTAYA歌謡 PM:グラウンドスポーツ/ カラオケ大会	AM:トーンチャイム PM:陶芸(合同) スポーツ:グラウンド	AM:アロマスプレーづくり/ 手芸 PM:麻雀大会 スポーツ:裏庭	休み
11	12	13	14	15	16	17
休み	AM:農作業 PM:はじめてのCBT⑪ (マインドフルネス入門) スポーツ:グラウンド	AM:ウォーキング PM:SST 合同スポーツ:裏庭	AM:チャーハン作り PM:イタリア語講座 スポーツ:裏庭	AM:絵いじり PM:ベルカントセラピー スポーツ:裏庭	AM:ギター教室/手芸 PM:陶芸 スポーツ:裏庭	休み
18	19	20	21	22	23	24
休み	AM:農作業 PM:はじめてのCBT⑫ (オリエンテーション) スポーツ:裏庭	AM:アロマヨガ PM:リハビリノート 合同スポーツ:裏庭	AM:ケースデンキ歌謡 PM:JJファーム スポーツ:裏庭	AM:お菓子作り(クリスマスケーキ) PM:陶芸(合同) スポーツ:グラウンド	天皇誕生日	休み
25	26	27	28	29	30	31
休み	*行事* おもちつき 大会	AM:ジョアグループ PM:大掃除(ケーキ付) 合同スポーツ:裏庭	AM:紅白歌合戦 PM:英会話/坐禅 スポーツ:裏庭	休み	休み	大晦日

★スキルアップグループはしばらくの間休止となります。再開の予定が立ち次第ご案内します。

★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。目標ノートでは自分なりの目標を実行するためのプランを作ります。