

2016年 1月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
					1月1日	1月2日
午前					元日	休
午後					休診	診
	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日
午前	ミーティング ／卓球	習字 今年の目標を書こう	簡単クッキング 七草がゆ	頭の体操雑学ほか	一時間読書 (集中しよう)	手芸
午後	セラピー講座 (ハーブ)	スポーツ 本宮地区活動	休診	手芸	初詣 八幡宮 自主活動	臨時休診
	1月11日	1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日
午前	成人の日	自主活動／①SST	簡単クッキング ネギの豚肉巻き	手芸	事業所見学 やまびこ 自主活動	卓球
午後	休診	スポーツ 太田地区活動	休診	ヨガで心身の 疲労をスッキリ	陶芸教室 13:00出発	臨時休診
	1月18日	1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日
午前	就労支援 (お仕事分析)	卓球	簡単クッキング カレーライス	脳トレ (講師あり)	新聞を読んで 意見交換しよう	休
午後	鳴滝庵 ほか 自主活動	スポーツ 本宮地区活動	第17回デイケア ボウリング大会	ヨガで心身の 疲労をスッキリ	DVD鑑賞 (癒し系映画)	診
	1月25日	1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日
午前	体幹トレーニング	手芸／②SST	簡単クッキング 豚汁	臨時	卓球	休
午後	自主活動	スポーツ 本宮地区活動	休診	休診	臨時休診	診

- * 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。
- * プログラムに参加される場合は時間厳守でお願いします。
- * 色のついたところは外出プログラムです。デイケアルームには残れません。(開始時間より前にお越してください)
- * CBTは認知行動療法、SSTは社会生活技能訓練の略称です。
- * CBTおよびSSTは事前に申し込まれた方だけの参加となります。(見学はご遠慮ください)