

2019年 2月 デイケアプログラム予定

	月	火	水	木	金	土
					2月1日	2月2日
午前					事業所見学 パノラマ福祉館	手芸 卓球/手芸
午後					一時間読書	休診
	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	2月9日
午前	ストレッチ	ミーティング /自主活動	簡単クッキング (恵方巻)	困った時の対処法	ホースセラピー	自主活動
午後	セラピー講座 (セルフケア)	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	金曜スイーツ (バレンタインチョコ)	休診
	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日	2月16日
午前	休診	SST	簡単クッキング (寒じめほうれん草炒め)	雑学で脳を刺激 よく考えよう	自主活動	自主活動
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	カラオケ	陶芸 ふれあいランド	先生と話そう
	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日	2月23日
午前	就労支援 (職務経歴書)	習字・写経 絵手紙	簡単クッキング (シチュー)	私の一押し	ホースセラピー	手芸 卓球/手芸
午後	近場にお買い物 自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	自主活動	休診
	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日		
午前	マインドフルネス 認知療法	SST	簡単クッキング (カレーライス)	脳トレ		
午後	カラオケ	スポーツ 本宮体育館	ボーリング大会 マッハランド	栄養について 銀河薬局		

- ※ 都合によりプログラムに変更が生じることがあります。
- ※ プログラムに参加する場合は決まった時間に来ていただくようお願いいたします。
- ※ 予定表の色のついているものは、外出プログラムです。2つに分かれていない場合は、デイケアルームには残れません。
- ※ 外出プログラムに参加する場合は、開始時間より前にお越しください。
- ※ CBTは認知行動療法、SSTは社会生活技能訓練の略称です。詳しいことはスタッフにお聞きください。
- ※ CBTおよびSSTは事前に申し込みが必要なプログラムです。(見学はご遠慮ください)