

2020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	1月3日	1月4日	
午前			休診	休診	休診	休診	
午後			休診	休診	休診	休診	
	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	
午前	初詣(盛岡八幡宮)	ミーティング /自主活動	簡単クッキング 七草粥 (疲れた胃を休めましょう)	書き初め・絵手紙	ホースセラピー	手芸	自主活動
午後	セラピー講座 ハーブティー	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話そう /自主活動	自主活動	休診	
	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	
午前	休診	SST/自主活動	簡単クッキング もち料理	室内ゲーム	会社見学 盛岡デリカ	手芸	自主活動
午後	休診	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	一時間読書 /自主活動	休診	
	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	
午前	就労支援 社会人としての言葉遣い	SST/手芸	簡単クッキング 中華丼	自主活動	陶芸 ふれあいランド	自主活動	卓球/手芸
午後	カラオケ	スポーツ 本宮体育館	休診	県立美術館	ホースセラピー	手芸	休診
	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日		
午前	自主活動	雑学で脳を刺激 よく考えましょう	簡単クッキング 恵方巻	脳トレ	陶芸 ふれあいランド	自主活動	
午後	鳴滝庵他	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	休診		

- ※ 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)