

## 2021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					休診	休診
午後					休診	休診
	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	椅子ストレッチ /自主活動	ミーティング /自主活動	卓球/手芸	書き初め・写経 絵手紙	ホースセラピー 手芸	卓球/手芸
午後	2021年に向けて /自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	先生と話そう /自主活動	DVD鑑賞 /自主活動	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	休診	雑学で脳を刺激 よく考えよう	卓球/手芸	一時間読書 /自主活動	コミュニケーション トレーニング④	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	陶芸 手芸	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 集中力向上セミナー	ハローワーク相談会 /自主活動	卓球/手芸	ホースセラピー説明会 /自主活動	自主活動	卓球/手芸
午後	室内ゲーム /自主活動	スポーツ 本宮体育館	休診	生活に役立つ アイデア大集合	DVD鑑賞 /自主活動	休診
	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	生活面での自立について チャレンジドジャパン	自主活動	卓球/手芸	脳トレ	室内ゲーム /自主活動	自主活動
午後	鳴滝庵他 手芸	スポーツ 本宮体育館	休診	ヨガ 心と身体をリフレッシュ	陶芸 手芸	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。(午前は9時から9時半、午後は12時半から13時)

※ 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。