



デイケア2024年4月プログラム



2Fデイケアルームにて
合同



《一日の流れ》

9:30	※ 朝のティータイム (休)以外 ラジオ体操	10:00	10:30~	11:45~	13:00~	14:30~	15:30~	16:00
開始		朝の ミーティング	朝の プログラム	昼食 昼休み	昼の プログラム	スポーツ (合同)	帰りの ミーティング	終了

月	火	水(2Fで合同)	木(2Fで合同)	金(2Fで合同)	土(2Fで合同)	日	
1	2	3	4	5	6	7	
	コンパス AM:オセロ交流会 PM:CBT④/フリータイム デイケアミーティング(5月の行事決め・プログラム決め)	クローバー AM:お花見散歩 PM:はじめてのCBT④短所の見方を変える デイケアミーティング	AM:カラオケデュエット交流会 PM:レジン・プラ板 スポーツ	AM:陶芸(10:15~) PM:スキルアップグループ 辛さに耐えるスキル② スポーツ	AM:デッサン PM:アロマスプレー作り スポーツ	AM:塗り絵 PM:麻雀大会 スポーツ	休み
8	9	10	11	12	13	14	
休み	コンパス AM:カードゲーム交流会 PM:CBT⑤/フリータイム スポーツ シャツフルミーティング	クローバー AM:紙テープで壁面飾り PM:はじめてのCBT⑤行動活性化と笑いの効果 スポーツ	AM:アロマヨガ~リラックス~ PM:SST スポーツ	AM:WRAP 自尊感情 PM:スキルアップグループ 辛さに耐えるスキル③ スポーツ	AM:卓球交流会 PM:近況報告会 スポーツ	AM:バドミントン PM:絵しりとり交流会 スポーツ	休み
15	16	17	18	19	20	21	
休み	コンパス AM:初心者歓迎麻雀交流会 PM:CBT⑥/絵しりとり交流会 WRAP シャツフルミーティング	クローバー AM:フラダンス PM:はじめてのCBT⑥人前での不安を減らす スポーツ	AM:カラオケ大会 PM:カードゲーム交流会 スポーツ	AM:アンガーマネジメント⑤ PM:スキルアップグループ 辛さに耐えるスキル④ スポーツ	AM:豚汁作り(ご飯付き) PM:陶芸(~14:30) スポーツ	AM:マインドフルネス PM:合同デイケアミーティング ロングスポーツ	休み
22	23	24	25	26	27	28	
休み	コンパス 行事 AM:お食事会(外出) PM:フリータイム	クローバー 行事 AM:たこたっぷり!たこ焼きパーティー PM:ビンゴ大会 スポーツ	AM:書道・墨絵 PM:SST スポーツ シャツフルミーティング	AM:シリアスミーティング PM:スキルアップグループ 辛さに耐えるスキル⑤/英会話 スポーツ	AM:おすすめのOOを紹介する会 PM:麻雀大会/カードゲーム大会 スポーツ	AM:カラオケ大会 PM:陶芸(~14:30) PM:1階デイケア室でゆったりタイム スポーツ	休み
29	30						
休み	コンパス AM:初心者歓迎卓球交流会 PM:CBT⑦/アロマスプレー作り 談話式SST シャツフルミーティング	クローバー AM:映画鑑賞会 PM:はじめてのCBT⑦エクササイズの効果 スポーツ					

- ★ スキルアップグループは木曜13:00~14:30、1階DCルームにて行います。主治医の許可と事前登録が必要です。★水曜日9:30~10:00ティータイム
- ★ 1階デイケア室でゆったりタイム：静かにゆったり過ごしたい方向けに1階デイケア室を開放します。