

デイケアセンターWill 令和3年5月 シヤインプログラム

	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7
午前	休み	休み	休み	コミュニケーション講座	相談・面談
午後	休み	休み	休み	ウォーキング	青空スポーツ
	10	11	12	13	14
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	Let's More ～教養を高めよう～	職トレ	青空スポーツ
午後	書道	お話・ストレッチ	青空スポーツ	ウォーキング	ボードゲーム
	17	18	19	20	21
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	ボードゲーム	いきいき健康講座	脳トレ
午後	脳トレ	お話・ストレッチ	青空スポーツ	ウォーキング	青空スポーツ
	24	25	26	27	28
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	脳トレ	ストレスケア講座	青空スポーツ
午後	ペン字	お話・ストレッチ	青空スポーツ	ウォーキング	相談・面談
	31				
午前	ウォーキング				
午後	健康チェック				

～各種プログラムのご案内～

【青空スポーツ】

スポーツを通して、①社会性の獲得②ストレス発散③対人交流④生活リズム作りの構築を行います。

【創作・手先の訓練】

創作活動や作業訓練を通して就労に必要な技術の習得、働く前の準備や自信の獲得を目指します。

【各種講座】

① 【コミュニケーション講座】

コミュニケーションや対人関係のスキルを学びます。

② 【ストレスケア講座】

認知行動療法の考え方をもとにしたストレス対処法を学びます。

③ 【いきいき健康講座】

各疾患やお薬、健康づくりに関する知識を学んでいきます。

ご興味のある方はご連絡ください！ (^_^)

希望ヶ丘病院 096-282-1045 【デイケアまで】

