

デイケアセンターWill 令和3年9月 シャンププログラム

	月	火	水 1	木 2	金 3
午前			職トレ	お話・ストレッチ	青空スポーツ
午後			青空スポーツ	エアロビクス	相談・面談
	6	7	8	9	10
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	上半期反省会	ストレスケア講座	青空スポーツ
午後	書道	お話・ストレッチ	青空スポーツ	エアロビクス	ボードゲーム
	13	14	15	16	17
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	ボードゲーム	コミュニケーション講座	青空スポーツ
午後	脳トレ	お話・ストレッチ	青空スポーツ	エアロビクス	脳トレ
	20敬老の日	21	22	23秋分の日	24
午前	マイペース	創作・手先の訓練	クッキング	マイペース	青空スポーツ
午後	マイペース	お話・ストレッチ	クッキング	マイペース	ボードゲーム
	27	28	29	30	
午前	ウォーキング	創作・手先の訓練	職トレ	お話・ストレッチ	
午後	健康チェック	お話・ストレッチ	青空スポーツ	エアロビクス	

～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お待ちしております。

希望ヶ丘病院 096-282-1045 (代)