



ディケアセンターWill 令和5年6月プログラム



	月	火	水	木	金
				1	2
午前				合同レク	室内レク 青空の日
午後				Be-Life (エアロビクス)	リズム体操
	5	6	7	8	9
午前	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	職トレ	室内レク ウォーキング
午後	書道	お話・ストレッチ	室内レク 運動の日	Be-Life (エアロビクス)	リズム体操
	12	13	14	15	16
午前	Be-Life (ウォーキング)	創作	定期ミーティング	健康講座 読書の日	室内レク ボードゲーム
午後	ペン字	お話・ストレッチ	室内レク 運動の日	Be-Life (エアロビクス)	リズム体操
	19	20	21	22	23
午前	Be-Life (ウォーキング)	創作	院外レク	読書の日 Be-Life ストレスケア講座	合同卓球
午後	脳トレ	健康チェック	室内レク 運動の日	Be-Life (エアロビクス)	リズム体操
	26	27	28	29	30
午前	Be-Life (ウォーキング)	創作	ぬりえの日	創作	室内レク eスポーツ
午後	ボードゲーム	お話・ストレッチ	室内レク 運動の日	院外レク	リズム体操

※青文字のプログラムは若い方のグループです

～各種プログラム・講座のご案内～

Be-Life(ウォーキング・エアロビクス・ストレスケア講座)

こころとからだに耳を傾け、自分らしく生活するためのヒントを見つけるプログラムです
 ストレスケア講座：ストレスに関する知識や情報について学び、ストレス対処法を習得することを目指します

創作

創作活動を通して達成感を得たり、就労に必要な集中力、作業能力等の習得を目指します

運動の日・青空の日

スポーツを通し、ストレス発散や対人交流の構築を目指します

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

～問い合わせ～ 希望ヶ丘病院 096-282-1045 (代)

