



ディケアセンターWill 令和5年12月プログラム



	月		火	水	木	金			
						1			
午前						塗り絵	青空スポーツ (フットサル)		
午後						脳トレ	青空スポーツ (フットサル)		
	4		5	6	7	8			
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	年賀状作り 今年の漢字		Be-Life 生活訓練講座	読書の日	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 (モルック)	Be-Life (エアロビクス)		リズム体操	
	11		12	13		14		15	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	定期ミーティング		ボードゲーム	Be-Life コミュニケーション講座	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 (バドミントン)	Be-Life (エアロビクス)		リズム体操	
	18		19	20		21		22	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	職トレ		読書の日	Be-Life ストレスケア講座	室内レク	eスポーツ
午後	脳トレ		お話・ストレッチ	室内レク	運動の日 (バスケットボール)	Be-Life (エアロビクス)		リズム体操	
	25		26	27		28		29	
午前	クリスマス会準備		創作	合同ソウリング		大掃除		休み	
午後	クリスマス会		健康チェック	お正月の 創作	運動の日 (モルック)	マイペース		休み	

※ オレンジ色の背景 は若い方のグループです

新年は令和6年1月4日より平常通り開催いたします

～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・各種講座)

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
- ・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
- ・健康講座：各疾患やお薬、健康づくりに関する知識を学びます
- ・生活訓練講座：日常の家事や金銭管理など社会生活を送るために必要なスキルを学びます

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・青空スポーツ !! 種目を強化しました!!

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



～問い合わせ～ 希望ヶ丘病院 096-282-1045 (代)