



ディケアセンターWill 令和6年2月プログラム



	月		火	水	木		金	
					1		2	
午前					Be-Life 生活訓練講座	読書の日	室内レク	ウォーキング
午後					Be-Life (エアロビクス)		節分レク	
	5		6	7	8		9	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	読書の日	Be-Life コミュニケーション講座	室内レク	eスポーツ
午後	書道		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	
	12(振替休日)		13	14	15		16	
午前	マイペース		創作	定期ミーティング	ボードゲーム	Be-Life ストレスケア講座	室内レク	青空スポーツ (フットサル)
午後	マイペース		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)	手話クラブ	青空スポーツ (フットサル)
	19		20	21	22		23(天皇誕生日)	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	職トレ	Be-Life 健康講座	読書の日	マイペース	
午後	脳トレ		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)	マイペース	
	26		27	28	29			
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	相談・面談			
午後	ペン字		健康チェック	室内レク	運動の日 (バスケットボール)	Be-Life (エアロビクス)		

※ オレンジ色の背景 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・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)