



ディケアセンターWill  
令和8年2月プログラム



	月	火	水	木	金			
	2	3	4	5	6			
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	Be-Life 就労講座	室内レク	ボードゲーム	
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		
	9	10	11(建国記念の日)	12	13			
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	マイペース	Be-Life 健康講座	ボードゲーム	室内レク	eスポーツ
午後	脳トレ	お話・ストレッチ	マイペース	Be-Life (エアロビクス)	リズム体操			
	16	17	18	19	20			
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	読書の日	Be-Life コミュニケーション講座	室内レク	ウォーキング
午後	ペン字	お話・ストレッチ	室内レク	運動の日 (バレーボール)	Be-Life (エアロビクス)	リズム体操		
	23(天皇誕生日)	24	25	26	27			
午前	マイペース	創作	創作	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	健康チェック	室内レク	運動の日 (卓球)	Be-Life (エアロビクス)	ぬりえの日	青空スポーツ (フットサル)	
午前								
午後								

※ 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)

