

デイケアセンターWill 令和8年3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)	ひな祭りソウリング	創作	Be-Life 就労講座	室内レク	ウォーキング	
午後	書道	カラオケ	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		
	9	10	11	12	13			
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	ボードゲーム	室内レク	青空スポーツ (フットサル)
午後	脳トレ	お話・ストレッチ	室内レク	運動の日 (パドミントン)	Be-Life (エアロビクス)	ぬりえの日	青空スポーツ (フットサル)	
	16	17	18	19	20 (春分の日)			
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	マイペース	
午後	ペン字	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)	マイペース		
	23	24	25	26	27			
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 ストレスケア講座	合同卓球	
午後	ボードゲーム	健康チェック	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		
	30	31						
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)				修了式		
午後	ぬりえの日	マイペース						

※ 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)

ここからからだに耳を傾け、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)