

デイケア「桜の咲く丘」7月のプログラム

2024年7月

	月	火	水	木	金	土	
午前	1 映画鑑賞会 「ラ・ラ・ランド」	2 身体測定	3 自分探し	4 マイペースサロン	5 注意サインと 対処法につ いて学ぶグ ループ③	6 こころの 元気+ 読書会 歌を歌おう	
午後	映画鑑賞会 「劇場版鬼滅の刃 無限列車編」	復活 火曜トークTalk!	七夕飾り・笹飾り作り	社会資源を 学ぶ会(就労編)	すごろく ゲーム ソフトバレー ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所ください 靴をご持参ください		
午前	8 モーニング エクササイズ	9 リラックス &リフレッシュ	10 「健康的な ダイエットを知ろう」 (管理栄養士藤田さん)	11 マイペースサロン	12 睡眠講座 ②(6月の睡 眠講座の続 き)	13 こころの 元気+ 読書会 ポッチャ	
午後	何でも話せる会 (テーマ:フリー)	デイケア ガーデン 新聞くらぶ	図書館へ 行こう	交流しよう! コミュニケーションゲーム	注意サインと 対処法につ いて学ぶグ ループ①	「健康的な ダイエットを知ろう」 (管理栄養士藤田さん) モルック	
午前	15 祝日 (海の日)	16 ゆっくり卓球しよう	17 心のエクササイズ	18 注意サインと 対処法につ いて学ぶグ ループ②	マイペー スサロ ン	19 睡眠講座 ③(6月の睡 眠講座の続 き)	こころの 元気+ 読書会 20 仕事に ついて 語り合う会 マイペー スサロ ン
午後		歌を楽しもう	簡単夏のスイーツづくり	ヨーガ療法 ～外部講師～	絵を描こう	ロボっと コミュレ	
午前	22 デイケアミーティング	23 白石Nsのスキンケア 講座	24 自分探し	25 マイペースサロン	26 こころの元気+読書会 (2グループ)	27 シェアグループ	
午後	お手軽サーキットトレーニング	季節の創作(うちわ作り)	ストラックアウト	お困り解決 倶楽部	デイケア ガーデン	卓球と輪投げ	
午前	29 夏のイベント(8/19) の話し合い	30 モーニング エクササイズ	31 何でも話せ る会(テー マ:好きな○ ○)	睡眠講座 (日中でき ること)			
午後	怒りの感情を コントロールしよう	頭の体操	新聞くらぶ	さわやか講座 (歯磨き編)	二重課題で頭も体も動かそう (認知機能活性化リハビリテー ション)		

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

☆10日・11日の「健康的なダイエットを知ろう」は同じ内容です

☆色付きのプログラムはメンバー固定です。

☆運動プログラム(モーニングエクササイズ・サーキットトレーニング・エクササイズグループ)の際は、運動しやすい服装や靴のご持参をお願いします。