

デイケア「桜の咲く丘」9月のプログラム

2024年9月

	月	火	水	木	金	土
午前	2 シェアグループ	3 身体測定	4 当事者研究	5 マイペースサロン	6 お困り解決倶楽部	7 ストラックアウト
午後	お手軽サーキットトレーニング	新聞くらぶ	自動思考について学ぶグループ②	うどん作り(実施)	こころの元気+読書会	
午前	9 エクササイズグループ	10 デイケアミーティング	11 「糖分との付き合い方を考えよう(間食・飲み物) 栄養士織部さん	12 マイペースサロン	13 片付けくらぶ③	14 恋愛について語り合う会
午後	交流しようコミュニケーションゲーム	図書館へ行こう	二重課題で頭も体も動かそう	みんなでうどん作り・試食	ボッチャ	ゲームの会
午前	16 祝日(敬老の日)	17 モーニングエクササイズ	18 心のエクササイズ	19 マイペースサロン	20 片付けくらぶ④	21 仕事について語り合う会
午後		歌を楽しもう	リラックス&リフレッシュ	デイケアガーデン	こころの元気+読書会(2グループ)	マイペースサロン
午前	23 祝日(振替休日)	24 ミュージックケア	25 みんなでSST	26 マイペースサロン	27 片付けくらぶ④	28 歌をうたおう
午後		卓球しよう	自動思考について学ぶグループ③	気になる事を調べてみよう	こころの元気+読書会	
午前	30 からだの健康講座	新聞くらぶ	18 心のエクササイズ	20 片付けくらぶ④	27 片付けくらぶ④	
午後	デイケアガーデン	大人のプラ板作り	卓球しよう	ヨガ療法～外部講師～	モルック	
午後	怒りの対処法を学ぼう	読書の会	テニス～運動公園へ外出～ ※1時までにご来所ください 靴をご持参ください	みんなでツツササイズ	絵手紙作り	12:15～ロボットコミュニティ

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。

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