

2019年 3月 デイケアプログラム リワーク対象者 ■はリワーク限定 ★は共通

	月	火	水	木	金	土
					1	2
AM					オフィスワーク	★調理 (飾り切り)
PM					★テーマトーク	★自主活動
	4	5	6	7	8	9
AM	オフィスワーク	★心理(CPtah) ／自主活動	オフィスワーク	お休み	オフィスワーク	★切り絵
PM	★体力測定	★自主活動	★マインドフルネス		★自主活動	★私・和・輪トーク
	11	12	13	14	15	16
AM	オフィスワーク	★心理(CP中村) 粘土箱庭フィギュア	お休み	お休み	オフィスワーク	★調理 (おから料理)
PM	★川柳	★ヨガ/自主活動			★コラージュ	★アロマセラピー
	18	19	20	21	22	23
AM	★スポーツ (卓球)	★心理(CPtah) ／自主活動	オフィスワーク	お休み	オフィスワーク	★絵手紙
PM	★カードゲーム	★ヨガ/自主活動	★フラワー アレンジメント		★リフレッシュ 体操	★桜散歩
	25	26	27	28	29	30
AM	オフィスワーク	★心理(CPtah) ／自主活動	オフィスワーク	お休み	オフィスワーク	★手芸
PM	★リラックス体操 ★自主活動	★自主活動	★自主活動		★健康講座	★大きな塗り絵
AM		<<デイケアタイムスケジュール>> 10:00～10:30 血圧測定・相談他 10:30～11:00 ミーティング・体操 11:00～12:30 AMプログラム 12:30～13:00 サイレントワーク		13:00～13:50 昼食・休憩 14:00～15:30 PMプログラム 15:30～15:50 掃除・会計 15:50～16:00 ミーティング 16:00～16:50 サイレントワーク		

\*備考\* リワークの方は原則(月、火、水、金)の曜日の出席となります。遅刻早退される場合は届け出を出してください

★朝ミーティング後の体操は、原則参加となっております。

★お弁当はご持参ください。(外食も可能です)

★プログラムの担当者、内容につきましてはスタッフにお尋ねください。

★「手芸」は、羊毛、ネット手芸、クチュリエなどができる時間です。(ネット手芸、クチュリエは昼休みにはできません。)

★プログラムは、都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

★ミーティングでは、重要事項の確認・検討も行いますので、積極的にご参加ください。

★ヨガ・スポーツ・健康体操は、できるだけ動きやすい服装でご参加ください。

自主活動とは、【天声人語・仏絵・写経】、マンダラ塗り絵、DVD鑑賞、パズル、折り紙、手芸(ネット、クチュリエ以外)、読書マージャン、カラオケ、テレビゲームの中から、ご自身で取り組みたい活動を選択・実施するものです。

プログラムとしての活動の為、昼食・休憩時間とは違った過ごし方をしましょう。

※事前に予約をされているプログラムに参加できなくなった際は、必ずご本人からクリニックにご連絡お願い致します。

お知らせ:

①PMのプログラム終了後に日課として掃除の時間を設けています。デイケアを皆が気持ちよく、衛生的に使用できる場所として維持するためご協力ください。

②「★」印は リワーク 一般 の共通プログラムです 「■灰色」で塗りつぶされているプログラムはリワーク限定となります