

デイケアセンターWill 令和6年11月プログラム



	月	火	水	木	金	
					1	
午前					室内レク	
午後					ウォーキング	
					リズム体操	
	4(振替休日)	5	6	7	8	
午前	マイペース	創作	創作	Be-Life 生活訓練講座	読書の日	室内レク
午後	マイペース	お話・ストレッチ	室内レク	運動の日 (バドミントン)	Be-Life (エアロビクス)	ぬりえの日
					青空スポーツ (フットサル)	
	11	12	13	14	15	
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
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)	室内レク
						eスポーツ
						リズム体操
	18	19	20	21	22	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	ボードゲーム	Be-Life ストレスケア講座
午後	ペン字	お話・ストレッチ	室内レク	運動の日 (モルック)	Be-Life (エアロビクス)	室内レク
						ボードゲーム
						リズム体操
	25	26	27	28	29	
午前	Be-Life (ウォーキング)	Be-Life (ウォーキング)	創作	創作	Be-Life 健康講座	ボードゲーム
午後	脳トレ	健康チェック	室内レク	運動の日 (バドミントン)	Be-Life (エアロビクス)	ふれあいピック準備
						ふれあいピック

※ 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)

こころとからだに耳を傾け、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)