



デイケアセンターWill 令和6年12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) | 年賀状 今年の漢字 | 創作 | Be-Life 生活訓練講座 読書の日 | 室内レク ウォーキング |
| 午後 | 脳トレ | 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) | ぬりえの日 |
| | 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 | 創作 | 読書の日 Be-Life コミュニケーション講座 | 室内レク 青空スポーツ (フットサル) |
| 午後 | ボードゲーム | 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) | マイペース |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 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 ストレスケア講座 | クリスマス会準備 |
| 午後 | ペン字 | 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) | クリスマス会 |
| | 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 | 合同ボウリング | Be-Life 健康講座 | 合同ソウリング |
| 午後 | ぬりえの日 | 健康チェック | お正月創作 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 |
| | 30 | 31 | | | |
| 午前 | 休み | 休み | | | |
| 午後 | 休み | 休み | | | |

※ 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～

新年は令和7年1月6日より平常通り開催いたします

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)