

令和3年6月 デイケアリカバリープログラム

	月	火	水	木	金		
	お知らせ	1	2	3	4		
午前	感染対策の為、 デイケアに参加される方は マスク着用が必要になります。 入室時に検温しています。ご協 力 よろしくお願ひいたします。	体力測定		ゲーム	クラフト工房	調理 『ふんわり親子丼』	
午後		書道/塗り絵	認知行動療法 基礎編①/④	軽すぽ バドミントン、卓球、他	サークル活動	軽すぽ バドミントン、卓球、足つぼなど	ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ							
	7	8	9	10	11		
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	音楽療法【講師】		ゲーム	クラフト工房	調理 『特製カレーコロッケ』	
午後	カラオケ	お菓子作り バナナキャラメル クリーム	認知行動療法 基礎編②/④	軽すぽ バドミントン、卓球、他	サークル活動	ヘルシー料理 豆腐と肉の炒め物	ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ							
	14	15	16	17	18		
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	*映画鑑賞会 『内容は、後日決定』		ゲーム	クラフト工房	調理 『チーズトマトバーコンハンバーガー』	
午後	カラオケ	映画鑑賞会		軽すぽ 卓球、ストレッチなど	軽すぽ バドミントン、卓球、足つぼなど	ウォーキング *悪天時は軽スポ	認知行動療法 応用編 行動活性化
メモ	*映画は午前と午後に分けて観ます。						
	21	22	23	24	25		
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	音楽療法【講師】		ゲーム	クラフト工房	調理 『フライドチキン』	
午後	カラオケ	茶道	認知行動療法 基礎編③/④	軽すぽ 卓球、ストレッチなど	ヘルシー料理 パンナコッタ	ウォーキング *悪天時は軽スポ	
メモ							
	28	29	30	サークル活動の種目		デイケアの目的	
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	クラフト工房 うちわ作り		ゲーム		<ul style="list-style-type: none"> セルフモニタリング 体力の回復・学習 コミュニケーション 問題解決・処世術習得 目標づくりなど 	
午後	カラオケ	お菓子作り チェリーキウイ パイパバロア	認知行動療法 基礎編④/④	軽すぽ 卓球、ストレッチなど			
メモ				*学習会 (SST・当事者研究など) *手芸/写真/アロマ/料理 *各種スポーツ・フィットネス *共同作業(園芸、貼り絵など) ※活動時はメンバー同士で打合せ!			

リカバリー： 症状や障害が続いても日常生活に新しい意味や目的を見出し、自分らしく充実した人生を生きていくプロセス