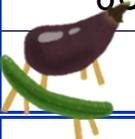


# 令和 4 年 8 月 デイケアリカバリープログラム

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	体力測定	ゲーム	クラフト工房	調理 キムチスープ
午後	カラオケ	書道/塗り絵 認知行動療法 基礎編	軽すぼ 卓球、ストレッチ、風船バレーなど	ヘルシー料理 揚げないカレーコロッケ	ウォーキング *悪天時は軽スポ 認知行動療法 応用編 問題解決法
メモ					
	8	9	10	11	12
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	音楽療法【講師】	ゲーム		調理 スパイシーささみフライ
午後	カラオケ	お菓子作り ヨーグルト チーズケーキ 認知行動療法 基礎編	軽すぼ 卓球、モルック、ストレッチなど		ウォーキング *悪天時は軽スポ 認知行動療法 応用編 アサーション
メモ					
	15	16	17	18	19
午前	 お盆休み	*映画鑑賞会 『内容は、後日決定』	ゲーム	クラフト工房	調理 焼き餃子
午後		映画鑑賞会	軽すぼ 卓球、風船バレー、ストレッチなど	カラオケ	ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ					
	22	23	24	25	26
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 ピーマンの肉詰め
午後	カラオケ	茶道 認知行動療法 基礎編	軽すぼ 卓球、足つぼ、ストレッチなど	ヘルシー料理 キャロットケーキ	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					
	29	30	31	デイケアの目的	お知らせ
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	クラフト工房 スタンドグラフ風飾り	ゲーム	<ul style="list-style-type: none"> <li>セルフモニタリング</li> <li>体力の回復・学習</li> <li>コミュニケーション</li> <li>問題解決・処世術習得</li> <li>目標づくりなど</li> </ul>	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 よろしく願います。
午後	カラオケ	プチ納涼祭	軽すぼ 卓球、足つぼ、モルックなど		
メモ					

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