

# 令和5年4月 デイケアリカバリープログラム

	月	火	水	木	金		
	デイケアの参加目的	お知らせ					
午前	<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。 ご協力よろしくお願 いたします。					
午後							
メモ							
	3	4	5	6	7		
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 新じゃがのポターージュ		
午後	カラオケ	お菓子作り いちご大福	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 マカロン	ウォーキング *悪天時は軽スポ	認知行動療法 応用編 認知再構成法
メモ							
	10	11	12	13	14		
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 春キャベツの花シュウマイ		
午後	カラオケ	書道、塗り絵	認知行動療法 基礎編④/④	軽すぽ バトミントン、風船バレーなど	ヘルシー料理 シュークリーム	ウォーキング *悪天時は軽スポ	
メモ							
	17	18	19	20	21		
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	クラフト工房 エッグキャンドル	ゲーム	クラフト工房	調理 たこ焼き		
午後	カラオケ	お菓子作り マドレーヌ	認知行動療法 基礎編①/④	軽すぽ 卓球、モルック、ストレッチなど	ヘルシー料理 チョコカステラケーキ	ウォーキング *悪天時は軽スポ	認知行動療法 応用編 認知再構成法
メモ							
	24	25	26	27	28		
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 新玉ねぎとベーコンの春巻き		
午後	カラオケ	茶道	認知行動療法 基礎編②/④	園芸	ヘルシー料理 パイナップルのホイルクッキー	ウォーキング *悪天時は軽スポ	
メモ	午前：看護実習生参加予定	午前：看護実習生参加予定					

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