

令和5年10月 デイケアリカバリープログラム

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	体力測定 握力、バランス、柔軟性など	ゲーム トランプ、スティッキー、麻雀など	クラフト工房 エコクラフト、貼り絵など	調理 羽根つき餃子
午後	カラオケ	書道/塗り絵	軽すぽ 卓球、ストレッチ、風船バレーなど	ヘルシー料理 焼き菓子	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			
	9	10	11	12	13
午前	 スポーツの日	音楽療法【講師】 トーンチャイム、リラックスなど	ゲーム ジェンガ、トランプ、麻雀など	クラフト工房 アイロンビーズ、エコクラフト、など	調理 ロールキャベツ
午後		お菓子作り チーズケーキ	軽すぽ 卓球、ストレッチ、足つぼなど	ヘルシー料理 鶏のから揚げ	ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ					
	16	17	18	19	20
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	クラフト工房 ハロウィーン飾り	ゲーム トランプ、カードゲーム、麻雀など	クラフト工房 エコクラフト、折り紙など	調理 さつまいもの肉巻き照り焼き
午後	カラオケ	映画鑑賞 内容は後日決定♪	おでかけ 光と風の丘公園散策!	ヘルシー料理 かぼちゃのカスタードロール	ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ		*映画は13時から開始です。			
	23	24	25	26	27
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	音楽療法【講師】 トーンチャイム、打楽器など	ゲーム uno、ジェンガ、人生ゲームなど	クラフト工房 羊毛フェルト、塗り絵など	調理 肉団子とかぼちゃスープ
午後	カラオケ	お菓子作り 芋ようかん	軽すぽ 卓球、足つぼ、ストレッチなど	ヘルシー料理 かぼちゃクッキー	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			
	30	31	デイケアの参加目的		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 カルトナーージュ:かご作り	<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 		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 よろしく願いいたします。
午後	カラオケ	おでかけ 雪印工場見学			
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