

# 令和8年4月デイケアリカバリープログラム

	月曜日 連絡先	火曜日 マスク着用をお願い	水曜日 1	木曜日 2	金曜日 3
午前	休み・変更などの連絡は 朝田病院 電話番号 <b>029-887-0310</b>	～感染対策のお願い～ デイケアに参加される方は マスク着用、入室時の検温の 協力をお願いいたします。	【園芸】 お花を植える準備	ゲーム みんなでワイワイ楽しく	体力測定 体力の現状を把握しよう！
午後			ミーティング みんなでデイケアを盛り上げよう	【お出かけ】 春探し	絵手紙 テーマ『桜』
メモ	6	7	8	9	10
午前	軽すぽ 卓球・風船バレーなど	書道・写経	一生動ける体づくり バランス強化編	映画観賞会『前編』 君にとどけ	【ウォーキング】 ショート・ロング
午後	カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	【ウォーキング】 図書館	【調理】 グラタン	映画観賞会『後編』 君にとどけ	ハンドベル 『さくらさくら』
メモ	13	14	15	16	17
午前	何でもコンサート テーマ『入学』	音楽療法【講師】 リズム・トーンチャイム	【クラフト】 アイロンビーズ	美文字練習 ～クセ字を美文字に～	軽すぽ 卓球・風船バレーなど
午後	【お出かけ】 霞ヶ浦総合公園	【園芸】 ミニトマトと枝豆	【ウォーキング】 図書館	【調理】 ポテトサラダ	カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散
メモ	20	21	22	23	24
午前	映画観賞会『前編』 ガールズアンドパンツァー	【ウォーキング】 ショート・ロング	【クラフト】 アイロンビーズ	ゲーム みんなでワイワイ楽しく	【調理】 あんみつ
午後	映画観賞会『後編』 ガールズアンドパンツァー	つぼ押し 日頃の疲れをほぐしましょう！	カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	【お出かけ】 あみタイヨー	お誕生会・お茶会
メモ	27	28	29	30	
午前	ゲーム みんなでワイワイ楽しく	音楽療法【講師】 リズム・トーンチャイム	・4月29日・ 昭和の日	軽すぽ 卓球・風船バレーなど	
午後	【ウォーキング】 ショート・ロング	【園芸】 花壇作り		カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	
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