


























令和8年6月 デイケアリカバリープログラム

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	1	2	3	4	5
午前	 【ウォーキング】 ショート・ロング	 書道・写経	 体力測定 体力の現状を把握しよう！	 軽すぼ 卓球・風船バレーなど	 壁飾り 夏のひまわり
午後	ミーティング みんなでデイケアを盛り上げよう	 カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	 【園芸】 お花＆野菜 お手入れ	 【調理】 お好み焼き	リラクゼーション ストレッチ
メモ					
	8	9	10	11	12
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	 【ウォーキング】 ショート・ロング	映画観賞会『前編』 はいからさんが通る	 軽すぼ 卓球・風船バレーなど
午後	【クラフト】 アイロンビーズ	壁飾り 夏のひまわり 	 【調理】 塩からあげ	映画観賞会『後編』 はいからさんが通る 	カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散
メモ					
	15	16	17	18	19
午前	美文字練習 ～クセ字を美文字に～	絵手紙 テーマ『梅雨』	ゲーム みんなでワイワイ楽しく	一生動ける体づくり 腕トレ編	 【ウォーキング】 図書館
午後	お出かけ 牛久あやめ園	 【ウォーキング】 ショート・ロング	 壁飾り 夏のひまわり	 カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	一生動ける体づくり 腕トレ編
メモ					
	22	23	24	25	26
午前	 【園芸】 お花＆野菜 お手入れ	音楽療法【講師】 リズム・トーンチャイム	 【ウォーキング】 図書館	ゲーム みんなでワイワイ楽しく	 【調理】 プリン
午後	なんでもコンサート 『雨』 	軽すぼ 卓球・風船バレーなど	 カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散	お出かけ ドン・キホーテ 	お誕生会・お茶会
メモ					
	29	30	勧誘行為・物品のやり取りについて		ロッカーの鍵について
午前	 【ウォーキング】 ショート・ロング	映画観賞会『前編』 グランメゾン・パリ	デイケア内での食品・たばこのやり取り、金銭の貸し借り、宗教・政治的勧誘やチラシ配り、紹介行為などを禁止しています。		ロッカーに物品を入れた後は鍵の管理をお願いします。また終了時には必ずロッカーに鍵を返却するようにお願いします。
午後	カラオケ 好きな曲を歌ってストレス発散 	映画観賞会『後編』 グランメゾン・パリ			
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