

# 令和7年 10月 デイケア予定表

氏名：

| 日  | ○デイケアからお知らせ○                                                                                             |                                   | 1 (水)                            | 2 (木)                                 | 3 (金)                             |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|
| AM | ●9/30AM：事業所見学を予定しています。<br>見学先は『いちサポ』『マイルートリンク』の2カ所を<br>予定しております。参加希望の方は <b>10/24 までの申</b><br>し込みをお願いします！ |                                   | <input type="checkbox"/> 園芸&のんびり | <input type="checkbox"/> メンズサロン       | <input type="checkbox"/> ダーツ      |
| PM |                                                                                                          |                                   | <input type="checkbox"/> 自主活動    | <input type="checkbox"/> コットン〜手芸コラージュ | <input type="checkbox"/> 自主活動     |
| 日  | 6 (月)                                                                                                    | 7 (火)                             | 8 (水)                            | 9 (木)                                 | 10 (金)                            |
| AM | <input type="checkbox"/> 全体リラク                                                                           | <input type="checkbox"/> 芋の子皮むき   | <input type="checkbox"/> 芋煮会     | <input type="checkbox"/> 男ウェルネス&レク    | <input type="checkbox"/> ペタンクビンゴ  |
| PM | <input type="checkbox"/> 趣味の時間                                                                           | <input type="checkbox"/> ゲートボール   | <input type="checkbox"/> 水曜サロン   | <input type="checkbox"/> スポンジ野球       | <input type="checkbox"/> 趣味の時間    |
| 日  | 13 (月)                                                                                                   | 14 (火)                            | 15 (水)                           | 16 (木)                                | 17 (金)                            |
| AM | <input type="checkbox"/> みんなのワーカー                                                                        | <input type="checkbox"/> ペーパーワーク  | <input type="checkbox"/> 園芸&のんびり | <input type="checkbox"/> メンズリラク       | <input type="checkbox"/> 射的       |
| PM | <input type="checkbox"/> 趣味の時間                                                                           | <input type="checkbox"/> グラウンドゴルフ | <input type="checkbox"/> 水曜サロン   | <input type="checkbox"/> ソフトバレー       | <input type="checkbox"/> 趣味の時間    |
| 日  | 20 (月)                                                                                                   | 21 (火)                            | 22 (水)                           | 23 (木)                                | 24 (金)                            |
| AM | <input type="checkbox"/> みんなのワーカー                                                                        | <input type="checkbox"/> ペーパーワーク  | <input type="checkbox"/> 園芸&のんびり | <input type="checkbox"/> メンズクラフト      | <input type="checkbox"/> ピンポンコロコロ |
| PM | <input type="checkbox"/> 趣味の時間                                                                           | <input type="checkbox"/> 卓球&スポテニ  | <input type="checkbox"/> 水曜サロン   | <input type="checkbox"/> バド&スポテニ      | <input type="checkbox"/> 趣味の時間    |
| 日  | 27 (月)                                                                                                   | 28 (火)                            | 29 (水)                           | 30 (木)                                | 31 (金)                            |
| AM | <input type="checkbox"/> みんなのワーカー                                                                        | <input type="checkbox"/> ペーパーワーク  | <input type="checkbox"/> 園芸&のんびり | <input type="checkbox"/> 事業所見学        | <input type="checkbox"/> 風船バレー    |
| PM | <input type="checkbox"/> 趣味の時間                                                                           | <input type="checkbox"/> バド&卓球    | <input type="checkbox"/> 雀FES！   | <input type="checkbox"/> バド&スポテニ      | <input type="checkbox"/> 雀FES！    |

●参加希望プログラムの□印にチェックを付けて提出して下さい。

●連絡先0191-23-3655（デイケア：内線1810）

**趣味の時間**: 月・金曜日午後、ゆったり好きなことができます ラミーキューブ、塗り絵、卓球、麻雀、Wiiゲームなど。

★**わくわく工房**: テーマに沿った創作活動を行います。

★**勉強会**: 病気や社会資源などについて学ぶ時間です。

★**ペーパーワーク**: 紙を使った創作活動を行います。ぬりえ、折り紙、書道、プリントなど。

★**コットン**: 木曜日午前、女性限定プログラム 手芸、リラクゼーション、レクリエーション、プチゲームなど。  
※ 男性は別室でプログラムを行います。 ボードゲーム、体操 & レク、リラクゼーション、創作活動など。

**軽スポーツ**: 火・木曜午後、体育館での運動プログラム

バドミントン、スポンジテニス、スポンジ野球、卓球、ソフトバレー、ビーチバレーなど。楽しく身体を動かしましょう。

**軽レク**: 月・水・金曜日など、活動室で楽しくレクリエーションを行います。

囲碁ボール、シャフルボードといった対人種目、ビーンボウリング、ペタンクビンゴなど個人種目もあります。

**園芸**: 水曜日午前 秋の芋煮会をめざして里芋栽培中。去年はトマトやナス、カボチャも育てました。

**革細工**: それぞれ月1回 革細工では、しおりから始まり小銭入れなど。

**自主活動・休養**: 毎日、自分のペースで静かに過ごせます

デイケアの活動は選択できます。また体調によっては休むことが必要な時もあります。

**個人面談**: 随時、時間を調整して行います

今後を考え、スタッフと話し合いながら取り組めそうな目標を立てていきます。3ヶ月毎に目標確認し計画を立てています。

