

# 令和7年 12月 デイケア予定表

氏名：

日	1 (月)	2 (火) 体験利用に おすすめ	3 (水)	4 (木) 体験利用に おすすめ	5 (金)
AM	<input type="checkbox"/> 全体リラク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> クリスマス会	<input type="checkbox"/> メンズサロン <input type="checkbox"/> コットン〜手芸コラージュ	<input type="checkbox"/> 射的 <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ゲートボール <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> わくわく工房	<input type="checkbox"/> ビーチバレー <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動
日	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)
AM	<input type="checkbox"/> 革細工 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> シャフルボード <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 男ウェルネス&レク <input type="checkbox"/> コットン〜リラク	<input type="checkbox"/> ペタンクビンゴ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> グラウンドゴルフ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> わくわく工房	<input type="checkbox"/> バド&スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動
日	8 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)
AM	<input type="checkbox"/> ペーパークラフト <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 囲碁ボール <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> メンズリラク <input type="checkbox"/> コットン〜ウェルネス&レク	<input type="checkbox"/> 輪投げ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 卓球&スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> わくわく工房	<input type="checkbox"/> ソフトバレー <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動
日	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)
AM	<input type="checkbox"/> プラ板 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 風船バレー <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> メンズクラフト <input type="checkbox"/> コットン〜プチゲーム	<input type="checkbox"/> ピンポンコロコロ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> バド&卓球 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> わくわく工房	<input type="checkbox"/> スポンジ野球 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動
日	29 (月)	30 (火)	31 (水)	★デイケアからのお知らせ★ ●12/3AM：クリスマス会は 11/19まで に事前予約を された方のみのご利用となります。予めご了承下さい。 ●12/22AM：プラ板を再開します。スタッフより新し い作品は発行しませんので、 作りたい作品があれば各自 持参をお願い致します。	
AM	年末年始休業				
PM					

- 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。自主活動は1人で取り組む活動を指します。

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。

