

令和7年 3月 デイケア予定表

氏名：

日	3 (月)	4 (火) <small>体験利用に おすすめ!</small>	5 (水)	6 (木) <small>体験利用に おすすめ!</small>	7 (金)
AM	<input type="checkbox"/> みんなのワーカル <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動	<input type="checkbox"/> 革細工 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ボッチャ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 全体リラク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ビーンボウリング <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"/> 自主活動	<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"/> 自主活動、自主活動
日	10 (月)	11 (火)	12 (水)	13 (木)	14 (金)
AM	<input type="checkbox"/> みんなのワーカル <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパークラフト <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"/> メンズサロン <input type="checkbox"/> コットン～手芸コラージュ	<input type="checkbox"/> ダーツ <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"/> グランドゴルフ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> 自主活動	<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"/> 自主活動、自主活動
日	17 (月)	18 (火)	19 (水)	20 (木)	21 (金)
AM	<input type="checkbox"/> みんなのワーカル <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動	<input type="checkbox"/> 紙細工 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 囲碁ボール <input type="checkbox"/> 自主活動	<b>春分の日</b>	<input type="checkbox"/> 魚釣り <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"/> 自主活動		<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動
日	24 (月)	25 (火)	26 (水)	27 (木)	28 (金)
AM	<input type="checkbox"/> みんなのワーカル <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動	<input type="checkbox"/> <b>メンバー懇談会</b> <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& New Games <input type="checkbox"/> コットン～リラク	<input type="checkbox"/> ピンポンココロ <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&スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 水曜サロン <input type="checkbox"/> 自主活動	<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	31 (月)	～デイケアからのお知らせ～			
AM	<input type="checkbox"/> みんなのワーカル <input type="checkbox"/> 個人面談、自主活動	3/18：『紙細工』がスタートします！ 紙を使った様々な創作活動を一度に取り揃えました。			
PM	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	3/25：『メンバー懇談会』を開催します。皆さんからのご要望、お待ちしております♪			

- 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)

**みんなのワーク**: 月曜日午前、個人で気楽に取り組みます

ワーク&カルチャーの略でメンバー命名。漢字、ペン習字、間違い探しや点つなぎ、クロスワード、ナンプレなど。

**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。

**ABC教室**: 自分の力をつけましょう 考え方のクセ、健康回復プログラム等をテーマにほかの人の考えも聞きながら学んでいきます。

**わーくしょっぷ**: 社会資源を知りましょう 年金や制度のこと、地域の活動場所などを紹介します。不定期に開催しています

**コットン**: 木曜日午前、女性限定プログラム アロマの香りの中リラクゼーション、手芸、鑑賞、カラオケ、シェイプアップ体操など。

**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、バウンドテニス、スポンジ野球、卓球、ソフトバレー、ビーチバレー。楽しく身体を動かしましょう。

**軽レク**: 水曜日午後など、活動室で楽しくレクリエーション

ビーンボウリング、囲碁ボール、ペタンク、シャフルボード、スカットボールなど。

**園芸**: 金曜日午前 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、フラ板**: 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。フラ板はかわいいキーホルダーを作っています。

**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。

