

令和8年 1月 デイケア予定表

氏名：

日	A HAPPY NEW YEAR					☆デイケアからのお知らせ☆
日	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	
AM	<input type="checkbox"/> 全体リラク <input type="checkbox"/> 自主活動 <input type="checkbox"/> 趣味の時間	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <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"/> 新春カルタ大会 <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"/> メンズサロン <input type="checkbox"/> コットン～手芸コレージュ <input type="checkbox"/> ビーチバレー <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ダーツ <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	
PM	<input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 体験利用に おすすめ！				
日	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	
AM	成人の日		<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <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"/> 圧巻ボール <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"/> 男ウェルネス&レク <input type="checkbox"/> コットン～リラク <input type="checkbox"/> スポンジ野球 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ボッチャビンゴ <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
PM						
日	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	
AM	<input type="checkbox"/> ペーパークラフト <input type="checkbox"/> 自主活動 <input type="checkbox"/> 趣味の時間	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <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"/> モルック <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"/> メンズリラク <input type="checkbox"/> コットン～ウェルネス&レク <input type="checkbox"/> ソフトバレー <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ドキドキスカットボール <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	
PM						
日	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	
AM	<input type="checkbox"/> プラ板 <input type="checkbox"/> 自主活動 <input type="checkbox"/> 趣味の時間	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動 <input type="checkbox"/> 卓球大会（活動室）	<input type="checkbox"/> 風船バレー <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"/> メンズクラフト <input type="checkbox"/> コットン～プチゲーム <input type="checkbox"/> バド＆スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ピンポンコロコロ <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	
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bingo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。昨年はトマトやナス、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。

