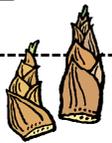


令和8年 4月 デイケア予定表

氏名：

日	ーデイケアからお知らせ①ー		1 (水)	2 (木)	3 (金)
AM	●体育館活動が、 月曜日と金曜日 に変更になりました！ 予約の際はお間違えの無いようご注意ください。		<input type="checkbox"/> ビーンボウリング <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> メンズクラフト <input type="checkbox"/> コットン～手芸コラーージュ	<input type="checkbox"/> ボッチャビンゴ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	●4/23、27：『 みんなでプチゲーム 』です。麻雀やラミー以外のボードゲームに取り組みます。		<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ビックジェンガ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ビーチバレー  <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"/> 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"/> ウェルネス&レク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 輪投げ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> ゲートボール  <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間  <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペタンクビンゴ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> バド&スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動
日	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (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"/> シャフルボード <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> チェアリラク&レク <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ダーツ <input type="checkbox"/> 自主活動
PM	<input type="checkbox"/> グラウンドゴルフ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ボッチャ  <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ソフトバレー <input type="checkbox"/> 自主活動
日	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (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"/> みんなでプチゲーム <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
PM	<input type="checkbox"/> 卓球&スポテニ <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間  <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> モルック <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> スポンジ野球 <input type="checkbox"/> 自主活動
日	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	ーデイケアからのお知らせ②ー
AM	<input type="checkbox"/> みんなでプチゲーム <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> ペーパーワーク <input type="checkbox"/> 自主活動	昭和の日	<input type="checkbox"/> カラオケ  <input type="checkbox"/> 自主活動	●4/16：『 チェアリラク 』です。 椅子を使って手軽に取り組める運動をご紹介します。一緒に健康的な身体作りを目指してみませんか？
PM	<input type="checkbox"/> バド&卓球  <input type="checkbox"/> 自主活動	<input type="checkbox"/> 趣味の時間 <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	

- 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。

★**みんなでプチゲーム:** 趣味の時間とは別の種目を取り組むボードゲームです。初めての方でも安心して取り組みます。

★**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 主に手芸。 ※男性はペーパークラフトを行います。

軽スポーツ: 月・金曜午後、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: 水・木・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: 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み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。

