

平成30年 テイケアわかくさ 8 月プログラム表

※プログラム内容は変更される場合があります。御了承下さい。

月	火	水	木	金	土	日
 <p>【デイケアプログラムの流れ】</p> <p>09:00 ~ 09:45 フリー 09:45 ~ 10:15 おはようタイム (パソコン) 10:20 ~ 朝のミーティング ラジオ体操 10:40 ~ 12:10 午前のプログラ 12:30 ~ 13:00 昼食 (取り置きは13時まで) 13:00 ~ 13:30 フリー 13:30 ~ 15:25 午後のプログラム 15:30 ~ 15:35 帰りのミーティング</p>		1 心理教育 (うつ病①) パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♪ スポーツ ♪ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♪ クラシック・ク&ゲーム 13:30~14:30 ♪ シェイブダンス 14:00~15:00 夕食 入浴 ♪ 冷しゃぶ 男性先	2 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ♪ フラワーアレンジメント (10:40~11:30) ★ デイルーム活動 ♪ ミニバレー同好会 ♪ パソコン・手工芸 ♪ わかくさミュージック ♪ ころこゼミナール ★ デイルーム活動	3 美香保大会 元気回復行動プラン(WRAP) パソコン・手工芸 ♪ ふまねっと (えんげ体操など) ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ 楽しい体操 13:30~14:30 ♪ フィットネス 13:30~15:00 ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	4 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 麻雀 ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	5 
	6 パソコン・手工芸 ★ 懐かしの創作ゲーム ★ デイルーム活動 ♪ チャレンジクッキング ♪ わかくさスターズ(音楽教室) ★ パソコン・手工芸 ★ ゲーム&麻雀 ★ デイルーム活動 ★ デイルーム活動	7 茶話会 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ のんびり麻雀 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ デイルーム活動 ♪ ビューティフルエクササイズ (13:30~14:30) ★ 農耕	8 心理教育 (うつ病②) パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♪ スポーツ ♪ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♪ クラシック・ク&ゲーム 13:30~14:30 ♪ シェイブダンス 14:00~15:00 夕食 入浴 ♪ 天ぷら定食 女性先	9 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ♪ フラワーアレンジメント (10:40~11:30) ★ デイルーム活動 ♪ ミニバレー同好会 ♪ パソコン・手工芸 ♪ わかくさミュージック ♪ ころこゼミナール ★ デイルーム活動	10 当事者研究 パソコン・手工芸 ♪ ふまねっと (えんげ体操など) ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ 楽しい体操 13:30~14:30 ♪ フィットネス 13:30~15:00 ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	11 
プログラム紹介 『チャレンジクッキング』 チャレンジクッキングは毎週月曜日デイケアを飛び出して研修棟にて料理を行うプログラムです。普段料理をしない方大歓迎、材料の下処理や切り方まで調理の基本から勉強し、普段から気軽に楽しく調理ができるようになってみませんか? 「チャレンジクッキング」 毎週月曜日 13:30~15:25 	13 パソコン・手工芸 ★ 懐かしの創作ゲーム ★ デイルーム活動 ♪ チャレンジクッキング ♪ わかくさスターズ(音楽教室) ★ パソコン・手工芸 ★ ゲーム&麻雀 ★ デイルーム活動	14 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ Wii遊 ♪ 自分を見つめる時間 ★ デイルーム活動 ★ のんびり麻雀 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ デイルーム活動 ♪ ビューティフルエクササイズ (13:30~14:30) ★ 農耕	15 心理教育 (怒りのコントロール①) パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♪ スポーツ ♪ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♪ クラシック・ク&ゲーム 13:30~14:30 ♪ シェイブダンス 14:00~15:00 夕食 入浴 ♪ シーフードカレー 男性先	16 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ♪ フラワーアレンジメント (10:40~11:30) ★ デイルーム活動 ♪ ミニバレー同好会 ♪ パソコン・手工芸 ♪ わかくさミュージック ♪ ころこゼミナール ★ デイルーム活動	17 元気回復行動プラン(WRAP) パソコン・手工芸 ♪ ふまねっと (えんげ体操など) ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ 楽しい体操 13:30~14:30 ♪ フィットネス 13:30~15:00 ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	18 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 麻雀 ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀 ★ デイルーム活動
	20 パソコン・手工芸 ★ 懐かしの創作ゲーム ★ デイルーム活動 ♪ チャレンジクッキング ♪ わかくさスターズ(音楽教室) ★ パソコン・手工芸 ★ ゲーム&麻雀 ★ デイルーム活動	21 外食レク パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ のんびり麻雀 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ デイルーム活動 ♪ ビューティフルエクササイズ (13:30~14:30) ★ 農耕	22 心理教育 (怒りのコントロール②) パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♪ スポーツ ♪ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♪ クラシック・ク&ゲーム 13:30~14:30 ♪ シェイブダンス 14:00~15:00 夕食 入浴 ♪ 生姜焼き定食 女性先	23 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ♪ フラワーアレンジメント (10:40~11:30) ★ デイルーム活動 ♪ ミニバレー同好会 ♪ パソコン・手工芸 ♪ わかくさミュージック ♪ ころこゼミナール ★ デイルーム活動	24 当事者研究 パソコン・手工芸 ♪ ふまねっと (えんげ体操など) ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ 楽しい体操 13:30~14:30 ♪ フィットネス 13:30~15:00 ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	25 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 麻雀 ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀 ★ デイルーム活動
受付時間 デイケア デイナイトケア 午前ショートケア 9:00 ~ 10:30 午後ショートケア 12:00 ~ 13:30 ※昼食取り置きは13:00まで ナイトケア 15:45 ~ 16:00 ※上記時間以外の受付は出来ません。	27 パソコン・手工芸 ★ 懐かしの創作ゲーム ★ デイルーム活動 ♪ チャレンジクッキング ♪ わかくさスターズ(音楽教室) ★ パソコン・手工芸 ★ ゲーム&麻雀 ★ デイルーム活動	28 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ Wii遊 ♪ 自分を見つめる時間 ★ デイルーム活動 ★ のんびり麻雀 ♪ パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ デイルーム活動 ♪ ビューティフルエクササイズ (13:30~14:30) ★ 農耕	29 心理教育 (生活習慣病①) パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♪ スポーツ ♪ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♪ クラシック・ク&ゲーム 13:30~14:30 ♪ シェイブダンス 14:00~15:00 夕食 入浴 ♪ 炒飯 男性先	30 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ♪ フラワーアレンジメント (10:40~11:30) ★ デイルーム活動 ♪ ミニバレー同好会 ♪ パソコン・手工芸 ♪ わかくさミュージック ♪ ころこゼミナール ★ デイルーム活動	31 元気回復行動プラン(WRAP) パソコン・手工芸 ♪ ふまねっと (えんげ体操など) ★ デイルーム活動 ♪ パソコン・手工芸 ♪ 楽しい体操 13:30~14:30 ♪ フィットネス 13:30~15:00 ★ 麻雀 ★ デイルーム活動	【ナイトケアプログラムの流れ】 16:00 ~ 16:10 ナイトケアミーティング(NM) 16:10 ~ 17:50 ナイトケアプログラム(前半) スポーツ・入浴・バンド・PC・手工芸・カラオケ 18:00 ~ 18:40 夕食 18:20 ~ 19:30 ナイトケアプログラム(後半) 入浴・バンド・PC・手工芸 カラオケ