

平成30年 テイケアわかくさ 3 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
				1	2	3 お弁当の日	4
	【デイケアプログラムの流れ】 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	【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) DVD鑑賞・入浴・バンド・PC・手工芸・カラオケ		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 ★ デイルーム活動	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	パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 初心者歓迎 いらっしやい麻雀 ★ デイルーム活動 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀(初心者も歓迎) ★ デイルーム活動	
プログラム紹介 『クラシックトーク & ゲーム』 昔を思い出して脳トレを行うプログラムです。例えば、「おふくろの味」「昔の駄菓子」「初恋」などなど。あるある思い出。みなさんも一緒に楽しみませんか? 「クラシックトーク&ゲーム」 毎週水曜日 13:30~14:30	5 パソコン・手工芸 ♻️ チャレンジクッキング ★ 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	6 茶話会 パソコン・手工芸 (茶話会終了後) ♪ カラオケ (茶話会終了後) ★ 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)	7 心理教育 (発達障害) ♻️ 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 ♻️ クラシックトーク&ゲーム 13:30~14:30 ♻️ シェイプダンス 14:00~15:00 🌙 夕食 入浴 ★ 刺身定食 女性先	8 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 ★ デイルーム活動	9 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	10 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 初心者歓迎 いらっしやい麻雀 ★ デイルーム活動 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀(初心者も歓迎) ★ デイルーム活動	11
	12 パソコン・手工芸 ♻️ チャレンジクッキング ★ 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	13 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 ★ 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)	14 心理教育 (統合失調症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 ♻️ クラシックトーク&ゲーム 13:30~14:30 ♻️ シェイプダンス 14:00~15:00 🌙 夕食 入浴 ★ シンギスカン定食 男性先	15 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 ★ デイルーム活動	16 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	17 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 初心者歓迎 いらっしやい麻雀 ★ デイルーム活動 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀(初心者も歓迎) ★ デイルーム活動	18
	19 パソコン・手工芸 ♻️ チャレンジクッキング ★ 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	20 外食レク パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 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)	21 春分の日	22 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 ★ デイルーム活動	23 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	24 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 初心者歓迎 いらっしやい麻雀 ★ デイルーム活動 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀(初心者も歓迎) ★ デイルーム活動	25
プログラムの種類 ♻️ 創作系 ♻️ 談話系 ♪ 音楽系 ★ 娯楽系 ♻️ 運動系 ♻️ 学習系							
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。	26 パソコン・手工芸 ♻️ チャレンジクッキング ★ 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	27 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 ★ 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)	28 心理教育 (統合失調症②) ♻️ パソコン・手工芸 ★ デイルーム活動 ♻️ 軽スポーツ ♻️ パソコン・手工芸★ デイルーム活動 ♻️ クラシックトーク&ゲーム 13:30~14:30 ♻️ シェイプダンス 14:00~15:00 🌙 夕食 入浴 ★ チキン南蛮 女性先	29 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 ★ デイルーム活動	30 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	31 パソコン・手工芸 ♪ リクエストMUSIC ★ 初心者歓迎 いらっしやい麻雀 ★ デイルーム活動 パソコン・手工芸 ♪ カラオケ ★ 麻雀(初心者も歓迎) ★ デイルーム活動	