

デイケア「桜の咲く丘」  
♪ 5月のプログラム ♪

2023年5月

	月		火	水	木	金	土					
午前	1	就労準備プログラム『ステップ』⑤ 図書館へ行く	2	身体測定	3	お休み (憲法記念日)	4	お休み (みどりの日)	5	お休み (こどもの日)	6	卓球
午後	クリエイティブアワー ～準備～		お手軽 サーキットトレーニング									
午前	8	就労準備プログラム『ステップ』⑥ お困り解決倶楽部	9	モーニングエクササイズ	10	創作漢字にチャレンジ!	11	続けてみよう 自主活動	12	IMR 疾病管理とリハビリ こころの元気+読書会	13	歌を歌おう♪
午後	クリエイティブアワー ～実行～		火曜トーク! ～お話をしよう～		ノツ・ササイズ ～沖縄エイサー踊り～		軽スポーツ		モルック			
午前	15	就労準備プログラム『ステップ』⑦ 生活力向上倶楽部	16	軽スポーツ	17	自分の社会資源を整理しよう	18	続けてみよう 自主活動	19	IMR 疾病管理とリハビリ こころの元気+読書会	20	仕事について語り合う会 マイペースサロン
午後	何でも話せる会	デイケアガーデン	アロマ虫よけスプレー ～外部講師～		お楽しみエクササイズ		ヨガ療法 ～外部講師～		卓球 輪投げ			
午前	22	就労準備プログラム『ステップ』⑧ 生活力向上倶楽部	23	モーニングエクササイズ	24	心のエクササイズ	25	続けてみよう 自主活動	26	IMR 疾病管理とリハビリ こころの元気+読書会	27	土曜の会 ～シェアグループ～
午後	歌を歌おう♪		季節の創作		なつメロビクス		コラージュ	ロボっとコミュトレ	ソフトバレーボール ～運動公園へ外出～ ※1時までに来所ください ※シューズがある方は持参ください			
午前	29	就労準備プログラム『ステップ』打ち上げ 生活力向上倶楽部	30	軽スポーツ	31	シェアグループ						
午後	お手軽サーキットトレーニング		EnjoyMusic		体力測定							

☆急に予定が変更になる場合があります。ご了承ください。  
☆色付きのプログラムはメンバー固定です。  
☆体育館のプログラムでは、体育館シューズのご持参をお願いします。