

デイケア「桜の咲く丘」
♪ 11月のプログラム ♪

2023年11月

	月	火	水	木	金	土
午前			1 デイケア ミーティング	2 マイペース サロン	3 祝日 (文化の日)	4 卓球
午後			モルック	Let's エクササイズ		
午前	6 SST 生活力 向上 倶楽部	7 身体測定	8 映画の日 計画	9 マイペースサロン	10 統合失調症 対処講座⑥ こころの 元気+ 読書会	11 歌を歌おう
午後	エクササイズグループ	コラージュ	二重課題に チャレンジ♪	おしゃべり グループ デイケア ガーデン	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 靴をご持参ください	
午前	13 SST 生活力 向上 倶楽部	14 モーニング エクササイズ	15 映画の日	16 マイペースサロン	17 秋の遠足 晴)六甲山牧場 雨)神戸どうぶつ王国	18 仕事に ついて 語り合う会 マイペース サロン
午後	アフタヌーン ストレッチ	火曜トーク! Talk! 図書館へ 行こう		ヨガ療法 ～外部講師～	※事前申込みの方のみ 参加締切り11/4 12時半まで 集合時刻厳守でお願いします	
午前	20 SST 生活力 向上 倶楽部	21 軽スポーツ	22 シェアグループ	23 祝日 (勤労感謝の日)	24 統合失調症 対処講座⑦ AM季節の 創作・ ロボっと コミュトレ	25 簡単昼食作り ～焼きそば～
午後	何でも 話せる会 デイケア ガーデン	頭の体操	目指せ! 200kcal消費!		卓球 輪投げ	
午前	27 怒りの感情の 対処を学ぼう	28 モーニング エクササイズ	29 心のエクササイズ	30 マイペースサロン		
午後	エクササイズグループ	Enjoy Music	腰痛チェック!	Chopsticks 全集中! ロボア端 会議		

- ☆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。
- ☆運動プログラムの際は、運動しやすい服装や靴のご持参をお願いします。