

デイケア「桜の咲く丘」6月のプログラム

2025年6月

	月			火		水		木			金		土					
午前	2	リカバリー クラブ (再発防止 /ストレス対処)	ゲームの会	3	身体測定		4	栄養プログラム 「外食の上手な使い方」 (管理栄養士織部さん)		5	マイペース サロン	統合失調症 対処講座 ⑥	6	メタ認知トレーニング 「テーマ:共感すること」		7	リラックス & リフレッシュ	ロボっと コミュトレ
午後	エクササイズグループ			映画上映会		ボッチャ		二重課題で 頭も体も動かそう			みんなで駅伝							
午前	9	リカバリー クラブ (仕事)	めざまし ストレッチ	10	モーニング エクササイズ		11	心のエクササイズ		12	マイペース サロン	みんなで SST	13	こころの元気+読書会		14	頭の体操	
午後	月曜トーク! Talk! ～私の思い出自慢～			新聞くらぶ	ひとりで クッキング ④	コミュニケーションゲーム		デイケアミーティング			DVDでエクササイズ							
午前	16	メタ認知トレーニング 「テーマ:記憶」		17	デイケアガーデン		18	シェアグループ		19	マイペース サロン	統合失調症 対処講座 ⑦	20	お困り解決くらぶ		21	仕事に ついて 語り合う会	マイペース サロン
午後	サーキットトレーニング			歌を楽しもう		読書の会	図書館へ 行こう	ヨーガ療法 ～外部講師～			Jump Sports Day!							
午前	23	生活力 向上倶楽部 (余暇①)	デイケア ガーデン	24	モーニング エクササイズ		25	季節の創作 ～七夕に向けて～		26	マイペース サロン	ロボっと コミュトレ	27	自動思考を 学ぶ グループ①	こころの 元気+ 読書会	28	歌をうたおう	
午後	クリエイティブアワー ～お菓子作り・計画～			新聞くらぶ	ひとりで クッキング ⑤	体力測定		モルック			卓球 ～駒ヶ谷運動公園へ外出～ ※1時までにご来所ください ※中靴をご用意ください							
午前	30	生活力 向上倶楽部 (余暇②)	クリエイティブ アワー (準備)															
午後	クリエイティブアワー ～お菓子作り・実行～																	

☆「クリエイティブアワー計画・実行」はできるだけセットで参加をお願いします ☆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(モーニングエクササイズ・エクササイズグループ・サーキットトレーニング)の際は、運動しやすい服装や靴のご持参をお願いします。