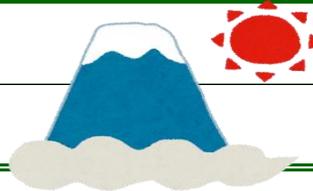


令和4年1月 デイケアリカバリープログラム

	月 3	火 4	水 5	木 6	金 7	
午前		書初め		ゲーム	クラフト工房	
午後		初詣散歩 善照寺	認知行動療法 基礎編①/④	軽すぼ 卓球、ストレッチなど	カラオケ	調理 七草粥と鳥の唐揚げ *外出プロ 初詣：大杉神社
メモ					*定員がある為、事前に申し込んでください。	
	10	11	12	13	14	
午前		音楽療法【講師】		ゲーム	クラフト工房	
午後		お菓子作り 旬のフルーツ ロールケーキ	認知行動療法 基礎編②/④	軽すぼ 卓球、ストレッチなど	カラオケ	調理 レンコン鶏団子スープ ウォーキング *悪天時は軽スポ
メモ						
	17	18	19	20	21	
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	*映画鑑賞会 『内容は、後日決定』		ゲーム	クラフト工房	
午後	カラオケ	映画鑑賞会		軽すぼ 卓球、ストレッチなど	ヘルシー料理 レタスで包む豆腐シュウマイ	調理 豚の角煮 ウォーキング *悪天時は軽スポ 認知行動療法 応用編 アサーション
メモ		*映画は午前と午後に分けて観ます。				
	24	25	26	27	28	
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ	音楽療法【講師】		ゲーム	クラフト工房	
午後	カラオケ	茶道	認知行動療法 基礎編③/④	軽すぼ 卓球、ストレッチなど	ヘルシー料理 りんごのケーキ	調理 牛肉じゃが ウォーキング *悪天時は軽スポ 認知行動療法 応用編 行動活性化
メモ						
	31		お知らせ1	お知らせ2	デイケアの参加目的	
午前	ウォーキング *悪天時は軽スポ		<ul style="list-style-type: none"> ・プログラムは急遽変更することもあります。 ・「外出プロ」は、車の定員がある為事前申し込みが必要です。 	感染対策の為、 デイケアに参加される方は マスク着用が必要になります。 入室時に検温しています。ご 協力よろしくお願いいたします。	<ul style="list-style-type: none"> ・セルフモニタリング ・体力の回復・学習 ・コミュニケーション ・問題解決・処世術習得 ・目標づくりなど 	
午後	カラオケ					
メモ	午前：看護実習生参加予定					

リカバリー： 症状や障害が続いても日常生活に新しい意味や目的を見出し、自分らしく充実した人生を生きていくプロセス