

令和5年3月デイケアプログラム

	日	月	火	水	木	金	土	
				1	2	3	4	
午前	<午前の活動時間> 9:00 ウォーミングアップ 9:30 朝のミーティング 10:00 午前プログラム 12:00~13:00 昼食		<午後の活動時間> 13:00 午後プログラム 14:45 ミーティング 15:00 デイケア終了		個別面談	カフェ	スプリングフェア オープニング イベント	PCスキルトレーニング(応用編)
午後					リラクゼーション			全体ミーティング
	5	6	7	8	9	10	11	
午前		スポーツ 脳トレ	ストレッチ 個別面談	太極拳 リラクゼーション	ホワイトデーカフェ	ゆるスポ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編)	健康相談
午後		スマホ講座 PCスキルトレーニング(基礎編)	クラブ活動	カフェ準備 フラワーアレンジメント	卓球 カフェミーティング	パソコン教室(さわってみよう) クラブ活動		個別面談 音楽鑑賞
	12	13	14	15	16	17	18	
午前		スポーツ 脳トレ	らくらくストレッチ SST(コミュニケーション)	太極拳 実行委員打合せ	モーニング カフェ	さんぽ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編)	社会制度相談
午後		アサーショントレーニング PCスキルトレーニング(基礎編)	ホワイトデー会	カフェ準備 個別面談	卓球 カフェミーティング	パソコン教室(さわってみよう) クラブ活動		音楽鑑賞 個別面談
	19	20	21	22	23	24	25	
午前		さんぽ 脳トレ	春分の日	太極拳 イベント準備	カフェ	ゆるスポ 健康回復プログラム	PCスキルトレーニング(応用編)	個別面談
午後		個別面談 PCスキルトレーニング(基礎編)		カフェ準備 ゆるスポ大会	卓球 カフェミーティング	パソコン教室(さわってみよう) クラブ活動		音楽鑑賞 フラワーアレンジメント
	26	27	28	29	30	31		
午前		スポーツ 脳トレ(大下)	らくらくストレッチ SST(コミュニケーション)	個別面談 リラクゼーション	カフェ	さんぽ 健康回復プログラム	3月の行事食 3日	
午後		アサーショントレーニング PCスキルトレーニング(基礎編)	クラブ活動	カフェ準備 クッキング	卓球 カフェミーティング	パソコン教室(さわってみよう) クラブ活動		

※ プログラムは変更になることがあります