令和6年3月デイケアプログラム

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前		行事食 3/19		■の部分は3月4日から始まる 「ショートケア支援プログラム」になります。 ※共通のプログラムのため、通常のデイケアの方も参加できます。		クラフト 個別面談	PCスキルトレーニング（応用編） リラクゼーション
午後						クラブ活動 ストレッチ	お仕事カフェ カラオケ
	3	4	5	6	7	8	9
午前		パソコン教室（基礎編） 脳トレ	らくらくストレッチ 個別面談	太極拳 パソコン教室（さわってみよう）	カフェ	PC利用認定講座 個別面談	PCスキルトレーニング（応用編） リラクゼーション
午後		クラフト ウオーキング	クラブ活動 卓球	フラワーアレンジメント ストレッチ	カフェミーティング／全体ミーティング 卓球	クラブ活動 ストレッチ	健康相談（測定） 音楽鑑賞
	10	11	12	13	14	15	16
午前		パソコン教室（基礎編） 個別面談	クラブ活動	太極拳 パソコン教室（さわってみよう）	カフェ	スマホ講座 ピアサポート	PCスキルトレーニング（応用編） リラクゼーション
午後		アサーショントレーニング ウオーキング	出前講座「こんなときどうする」 卓球	①クッキングミーティング ストレッチ	カフェミーティング 卓球	クラブ活動 ストレッチ	個別面談 カラオケ
	17	18	19	20	21	22	23
午前		パソコン教室（基礎編） 脳トレ	らくらくストレッチ コミュニケーション（SST）	春分の日	カフェ	個別面談 ピアサポート	PCスキルトレーニング（応用編） リラクゼーション
午後		クラフト ウオーキング	クラブ活動 卓球		カフェミーティング 卓球	クラブ活動 ストレッチ	フラワーアレンジメント 音楽鑑賞
	24	25	26	27	28	29	30
午前		パソコン教室（基礎編） 脳トレ	スプリングフェア	太極拳 パソコン教室（さわってみよう）	カフェ	クラフト ピアサポート	PCスキルトレーニング（応用編） リラクゼーション
午後		クラフト ウオーキング	卓球	②クッキング ストレッチ	カフェミーティング／出前講座「パソコン」 卓球	クラブ活動 ストレッチ	カラオケ喫茶
	31						
午前		※28日の出前講座のパソコンは「仕事で使うWordのスキル」になります				＜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
午後		※クッキングは、①②両方参加できる方が対象です					