

2024年 デイナイトケアプログラム



☆NEW 手芸・ビーズ(途中作品)作りのお知らせ☆

革工芸・さくらほりきり・レジン・プラバン以外の
手芸・ビーズなどの作業の続きも行うことができます。
途中作品がある方はぜひ参加して完成させましょう！

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- 服装の不明点は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後1時にデイケアセンター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、午前からの参加をお願いします。

* マークは、デイナイトケアが開催される日です(事前申し込み)。



	7/1 (月)				7/2 (火)				7/3 (水)				7/4 (木)				7/5 (金)				7/6 (土)				
10時15分	近隣ウォーキング(靴・帽子)	プラモ&パーラービーズ	レジン	ボジびあ	百合が原公園ウォーキング(靴・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー言葉が作る現実	カラオケ	生活応援P 重曹活用法	自由書道	プラバン	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	レコードの鑑賞	コミュニケーションゼミナール① 掲示板をご確認ください	ジョブチャレンジ⑨	休日		
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	椅子DEストレッチ	映画上映会 ニシズン1⑩	脳トレ&美文字	カラージュノート作り	ジムトレ(靴)	ゲーム	NEW 夏の小物作り	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	NEW 手芸ビーズ(途中作品)	ハロー元気プランナー	バレエ(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	組みひもキーホルダー作り	卓球(服・靴)					
	7/8 (月)				7/9 (火)				7/10 (水)				7/11 (木)				7/12 (金)				7/13 (土)				
10時15分	カラダにいい体操	プラモ&パーラービーズ	ニードルパンチ小物作り	ボジびあ	テニス(服・靴・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ① 掲示板をご確認ください	近隣ウォーキング(靴・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー期待と役割	レコードの鑑賞	自由書道	脳トレ&美文字	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	ビーズ(講師)	コミュニケーションゼミナール② ①に参加した方のみ	ジョブチャレンジ⑩	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※革以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書	
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	ビーズアートシール	夏バテ予防体操	映画上映会 ニシズン1⑪	さくらほりきり	組みひもキーホルダー作り	ソフトボール(靴・服・帽子)	プラバン	石狩図書館に行こう	思春期自己表現	山動物園に行こう!	レコードの鑑賞	カラージュノート作り	バレエ(服・靴)	近隣ウォーキング(靴・帽子)	さくらほりきり	ゲーム	卓球(服・靴)		ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ	
	7/15 (月)				7/16 (火)				7/17 (水)				7/18 (木)				7/19 (金)				7/20 (土)				
10時15分	海の日				絵画	NEW 夏のリース作り	作業(講師)	ココロのストレッチ② ①に参加した方のみ	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー自分に必要な配慮	カラオケ	生活応援P 夏を乗り切ろう!	自由書道	作業(講師)	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	エヴァンゲリオン劇場版前半	ゲーム	プラモ&パーラービーズ	ジョブチャレンジ⑪	休日			
13時30分					近隣ウォーキング(靴・帽子)	映画上映会 家政婦のミタゾノシーズン1⑫	アレンジフラワー	作業(講師)	ジムトレ(靴)	脳トレ&美文字	スイーツデコ小物作り	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	マインドフルネス 怒りへの対処	ハロー北大参加者 全員MT!	レコードの鑑賞	エヴァンゲリオン劇場版後半	ゲーム	卓球(服・靴)						
	7/22 (月)				7/23 (火)				7/24 (水)				7/25 (木)				7/26 (金)				7/27 (土)				
10時15分	モエレ沼公園ウォーキング(靴・帽子)	プラモ&パーラービーズ	手芸ビーズ(途中作品)作り	ボジびあ	プログラムミーティング (プログラムについて、皆さんで意見交換や話し合いをします)				作業(講師)	あいの里公園ウォーキング(靴・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリーピアサポート①	レコードの鑑賞	心理講座 ストレス	☆ハロー北大へ行こう!	チロルチョコマグネット	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	カラージュノート作り	手芸(講師)	ジョブチャレンジ⑫	野球観戦に行こう!	自主活動 ※革以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	組みひもキーホルダー作り	首肩スッキリ体操	映画上映会 家政婦のミタゾノシーズン1⑬	アレンジフラワー	さくらほりきり	ソフトボール(靴・服・帽子)	レジン	石狩図書館に行こう	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	☆ハロー北大へ行こう!	カラオケ	バレエ(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	脳トレ&美文字	卓球(服・靴)		カラオケ			
	7/29 (月)				7/30 (火)				7/31 (水)				【プログラムについて】												
10時15分	カラダにいい体操	プラモ&パーラービーズ	プラバン	ボジびあ	さとらんどウォーキング(靴・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリーピアサポート②	手芸ビーズ(途中作品)作り	* 『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 * 『自主活動』内で取り組める作業は途中作品の作成となります。 途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。 * 講師のプログラムは、人数制限があります。希望者の人数によっては、参加できないこともありますのでご了承ください。												
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	ビーズアートシール	タオル体操	映画上映会 家政婦のミタゾノシーズン1⑭	脳トレ&美文字	Music喫茶	近隣ウォーキング(靴・帽子)	デコパージュ小物作り	マインドフルネス ぐるぐる不安をどうするか	思春期自己表現	【 アレンジフラワーについて 】 * 花器(縦横10cm程度の大きさ)の持参をおすすめします! * 参加は、月曜か火曜のどちらかです。同じ週で2回の参加はできません。												
										【 革工芸について 】 水曜午後の隔週で設けていた初心者の枠は 午前と一緒に行うことになりました。 革工芸が初参加、もしくは作業に慣れていない方も 午前の革工芸の時間に参加してください。															

2024年 ティークケアプログラム

6月

外出プログラムについて
午後外出プログラムに参加の方は午前から1日参加になります!
屋外スポーツは服装・靴・帽子・水分もお忘れなく!!

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- 服装の不備は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後にはティケアセンター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、午前からの参加をお願いします。
- * マークは、ティナイトケアが開催される日です(事前申し込み)。



		【プログラムについて】										【革工芸について】										6/1 (土)						
10時15分	5分	*『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 *『自主活動』内で取り組める作業は途中作品の作成となります。 途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。 *講師のプログラムは、人数制限があります。希望者の人数によっては、参加できないこともありますのでご了承ください。										革工芸が初参加、もしくは作業に慣れていない方のプログラムを新たに設けました。 参加を考えている方は、下の内容をご確認ください										6/24年前の☆ペーパー&ビーズアートはペーパークイリングとビーズアートシールを行います。		休日				
13時30分	5分	【アレンジフラワーについて】 *花器(縦横10cm程度の大きさ)の持参をおすすめします! *参加は、月曜か火曜のどちらかです。同じ週で2回の参加はできません。										①革工芸(初心者)に参加できるのは、革工芸が初参加、もしくは参加し始めて間もない方、作業に慣れていない方です。 ②革工芸・革工芸(初心者)の両方に参加することはできません。																
		6/3 (月)					6/4 (火)					6/5 (水)					6/6 (木)					6/7 (金)					6/8 (土)	
10時15分	5分	カラダにすくよい体操	フラモ&パーラービーズ	自遊パソコン	スイーツデコ小物作り	ボジびあ	テニス(服・靴・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー長所①	カラージュノート作り	NEW ビーズアートシール	自由書道	作業(講師)	パドミント(服・靴)	ダンス(服・靴)	春の卓球大会	ゲーム	レジン	コミュニケーションゼミナール① 掲示板をご確認ください	ジョブチャレンジ⑤	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※革以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書		
13時30分	5分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	レジン	椅子DEストレッチ	映画上映会⑥	思春期自己表現	作業(講師)	ジムトレ(靴)	革工芸(初心者のみ)	組みひもキーホルダー作り	ゲーム	ジムトレ(靴)	レコードの鑑賞	プラン	バレ(服・靴)	さくらほりきり	自遊パソコン	ゲーム	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ					
		6/10 (月)					6/11 (火)					6/12 (水)					6/13 (木)					6/14 (金)					6/15 (土)	
10時15分	5分	カラダにすくよい体操	フラモ&パーラービーズ	自遊パソコン	手芸(続きの作品作れます)	ボジびあ	骨盤底筋体操	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ① 掲示板をご確認ください	近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー長所②	NEW パン型ポーチ作り	生活応援P 湿気対策してますか?	自由書道	作業(講師)	バレ(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	ビーズ(講師)	コミュニケーションゼミナール② (①に参加した方のみ)	ジョブチャレンジ⑥	休日		
13時30分	5分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	ゲートボール(服・靴・帽子)	映画上映会⑦	思春期自己表現	さくらほりきり	ソフトボール(靴・服・帽子)	マインドフルネス 辛すぎる時の対処	寺子屋リカバリー長所③	レコードの鑑賞	ジムトレ(靴)	チロルチョコマグネット	ハロー元氣プランナー	パドミント交流会 音響病院(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)							
		6/17 (月)					6/18 (火)					6/19 (水)					6/20 (木)					6/21 (金)					6/22 (土)	
10時15分	5分	近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	フラモ&パーラービーズ	自遊パソコン	プラン	ボジびあ	近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ② (①に参加した方のみ)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー 困難から学ぶ①	手芸(続きの作品作れます)	心理講座 認知機能ってなに?	自由書道	レジン	パドミント(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	映画上映会⑧ ゴジラVSコング前半	ゲーム	ジョブチャレンジ⑦	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※革以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書		
13時30分	5分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	ニードルパンチ小物作り	ゆっだりストレッチ	映画上映会⑧	思春期自己表現	作業(講師)	ジムトレ(靴)	革工芸(初心者のみ)	ゲーム	テコパージュ小物作り	ジムトレ(靴)	近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	レコードの鑑賞	映画上映会⑨ ゴジラVSコング後半	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ					
		6/24 (月)					6/25 (火)					6/26 (水)					6/27 (木)					6/28 (金)					6/29 (土)	
10時15分	5分	カラダにすくよい体操	フラモ&パーラービーズ	自遊パソコン	☆ペーパー&ビーズアート	ボジびあ	モエレ沼公園ウォーキング(靴・服・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	タオル体操	革工芸	寺子屋リカバリー 困難から学ぶ②	プラン	生活応援P サブリと栄蔵	自由書道	カラオケ	パドミント(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	カラオケ	手芸(講師)	ジョブチャレンジ⑧	休日			
13時30分	5分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	組みひもキーホルダー作り	首肩スッキリ体操	映画上映会⑨	脳トレ&美文字	さくらほりきり	ソフトボール(靴・服・帽子)	マインドフルネス ミニぬい想デー	寺子屋リカバリー 行こう!	Music喫茶	ジムトレ(靴)	カラージュノート作り	ハロー元氣プランナー	バレ(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)							

2024年 テイクアウトプログラム

5月

☺ 5/28 楽撫珈琲が来てくれます ☺

1月に来てくださった楽撫珈琲が、5月28日(火)再びたんぼぼにきます!
楽しいお話を聞きながら、おいしいコーヒーを頂くことが出来ますので
たくさんのお参加をお待ちしております

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- * 服装の不透明点は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後10時以降は、センター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、午前からの参加をお願いします。
- * 🌙 マークは、デイナイトケアが開催される日です(事前申し込み)。



		5/1 (水)								5/2 (木)				5/3 (金)				5/4 (土)							
10時15分	<p>【プログラムについて】</p> <ul style="list-style-type: none"> * 『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 * 『自主活動』内で取り組める作業は途中作品の作成となります。 途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。 * 講師のプログラムは、人数制限があります。希望者の人数によっては、参加できないこともありますのでご了承ください。 <p>【アレンジフラワーについて】</p> <ul style="list-style-type: none"> * 花器(縦横10cm程度の大きさ)の持参をおすすめします! * 参加は、月曜が火曜のどちらかです。同じ週で2回の参加はできません。 	首肩スッカリ体操	革工芸	寺子屋リカバリー 自分の魅力 & 上手くいったこと	カラオケ	お花見に行こう! 平岡公園	脳トレ & 美文字	バドミントン(服・靴)	ダンス(服・靴)	<p>魔法記念の日</p>				みどりの日											
13時30分		ソフトボール(靴・服・帽子)	レジン	ゲーム	脳トレ & 美文字	ジムトレ(靴)	Music 喫茶	バレエ(服・靴)																	
		5/6 (月)		5/7 (火)		5/8 (水)		5/9 (木)		5/10 (金)				5/11 (土)											
10時15分	<p>こどもの日</p>		近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	絵画	さくらほりきり	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー 困難に折れない	レコードの鑑賞	ニードルパンチ小物作り	自由書道	作業(講師)	バレエ(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	手芸2回目(講師)	コミュニケーションセミナー① * 掲示板をご確認ください	ジョブチャレンジ①	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※ 華以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書			
13時30分	<p>振替休日</p>		ゆったりストレッチ	映画上映会 仁シーズン1③	アレンジフラワー	思春期自己表現	作業(講師)	ジムトレ(靴)	革工芸(初心者のみ)	カラージュノート作り	自遊パソコン	ジムトレ(靴)	フラモ & パーラーヒーズ	ハロー元気プランナー	バドミントン交流会 太田病院(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ			
		5/13 (月)		5/14 (火)		5/15 (水)		5/16 (木)		5/17 (金)				5/18 (土)											
10時15分	カラダによい体操	フラモ & パーラーヒーズ	自遊パソコン	ペーパークイリング	ボジびあ	映画上映会 ソフトボール練習試合 VS 菅野 太田病院	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ① * 掲示板をご確認ください	百合が原公園ウォーキング(服・靴)	革工芸	寺子屋リカバリー 幸せの感情	カラオケ	生活応援P 知っておきたいマナー	自由書道	フラパン	バドミントン(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	レジン	コミュニケーションセミナー② * (①に参加した方のみ)	ジョブチャレンジ②	休日
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	映画上映会 仁シーズン1④	脳トレ & 美文字	思春期自己表現	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	手芸(続きの作品作れます)	石狩図書館に行こう♪	ゲーム	マインドフルネス ネガティブ思考が出てきたら	ボエム	組みひもキーホルダー作り	レコードの鑑賞	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)					
		5/20 (月)		5/21 (火)		5/22 (水)		5/23 (木)		5/24 (金)				5/25 (土)											
10時15分	カラダによい体操	フラモ & パーラーヒーズ	自遊パソコン	ブラパン	ボジびあ	映画上映会 近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	絵画	アレンジフラワー	ココロのストレッチ② * (①に参加した方のみ)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー やる気と自信①	レコードの鑑賞	心理講座 怒り	自由書道	カラオケ	バドミントン(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	映画上映会 未知との遭遇前半	ゲーム	ピース(講師)	ジョブチャレンジ③	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※ 華以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書
13時30分	多目DEレク(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	ニードルパンチ小物作り	椅子DEストレッチ	映画上映会 仁シーズン1⑤	思春期自己表現	消しゴムはんこ作り	モルック 岡本病院(靴・服・帽子)	革工芸(初心者のみ)	ピース(続きの作品作れます)	脳トレ & 美文字	ジムトレ(靴)	レジン	ハロー元気プランナー	バレエ(服・靴)	映画上映会 未知との遭遇後半	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ		
		5/27 (月)		5/28 (火)		5/29 (水)		5/30 (木)		5/31 (金)															
10時15分	カラダによい体操	フラモ & パーラーヒーズ	自遊パソコン	ペーパークイリング	ボジびあ	さとらんどウォーキング(靴・服・帽子)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	近隣ウォーキング(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカバリー やる気と自信②	カラオケ	生活応援P 能を活性化させよう	自由書道	デコパージュ小物作り	バドミントン(服・靴)	ダンス(服・靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	脳トレ & 美文字	カラージュノート作り	ジョブチャレンジ④		
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	本格コーヒーを楽しもう♪	さくらほりきり	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	フラパン	石狩図書館に行こう♪	マインドフルネス 回復力を高めるには	ジムトレ(靴)	レコードの鑑賞	組みひもキーホルダー作り	バレエ(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)						

2024年 テイケアプログラム



外出プログラムのお知らせ

DCでは外出プログラムを行っていきますので、各自申込みやスケジュール確認などお忘れのないようにしてください！
合わせて企画委員の募集もしていますので、よろしくお祈いします_(._.)_

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- * 服装の不明点は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後にはテイケアセンター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、午前からの参加をお願いします。

* 🌙 マークは、テイナイトケアが開催される日です(事前申し込み)。



	4/1 (月)				4/2 (火)				4/3 (水)				4/4 (木)				4/5 (金)				4/6 (土)								
10時15分	カラダに すく よい体操	フラモ & パーラー ピース	自遊 パソ コン	ペーパー クイリ ング	ボジ びあ	棒 体操	絵画	アレンジ フラワー	作業 (講師)	骨盤 筋力 体操	革工芸	寺子屋 リカバリ 自分の 夢を描く	カラ オケ	自由 書道	レコード CD 鑑賞	作業 (講師)	パド ミン トン	ダンス	多目DE スポーツ (靴・服)	茶話会	フラ パン	コミュニ ケーション ゼミナール ① 掲示板を ご確認ください	休日						
13時30分	多目DE スポーツ (靴・服)	アレンジ フラワー	音楽 療法 (講師)	オープン 陶芸	首肩 スッキリ 体操	映画上映会♪ キングダム シーズン1 ③~⑤	思春期 自己表現	作業 (講師)	ソフト ボール MT	組みひも キーホルダー 作り	石狩図書館 に行こう♪	脳トレ & 英文字	ジム トレ (靴)	コラージュ ノート作り	ハロー元氣 プランナー お花見 ミーティング	バレ	さくら ほりきり	ゲーム	自遊 パソ コン	卓球 (服・靴)	休日								
	4/8 (月)				4/9 (火)				4/10 (水)				4/11 (木)				4/12 (金)				4/13 (土)								
10時15分	カラダに よい 体操	フラモ & パーラー ピース	自遊 パソ コン	フラ パン	ボジ びあ	体幹 エクサ サイズ	絵画	アレンジ フラワー	作業 (講師)	ココロの ストレッチ ① 掲示板を ご確認ください	革工芸	寺子屋 リカバリ 自分の可能性を 発揮する	レコード CD 鑑賞	生活応援P 春の 体調管理	自由 書道	パソ コン	パド ミン トン	ダンス	多目DE スポーツ (靴・服)	ゲーム	ピース (講師)	コミュニ ケーション ゼミナール ② (①に参加 した方のみ)	多目DE スポーツ (靴・服)	自主活動 ※華以外の途中作品 塗り絵・パスル スクラッチアート 読書					
13時30分	多目DE スポーツ (靴・服)	アレンジ フラワー	音楽 療法 (講師)	ニードル パンチ 小物作り	ダン ベル 体操	映画上映会♪ キングダム シーズン1 ③~⑤	さくら ほりきり	作業 (講師)	革工芸 (初心者 のみ)	手芸 (続きの作品 作れます)	ゲーム	ジム トレ (靴)	マインド フルネス 怒りへの 対処	レジン	バレ	さくら ほりきり	ゲーム	自遊 パソ コン	卓球 (服・靴)	自主活 動	カラ オケ	休日							
	4/15 (月)				4/16 (火)				4/17 (水)				4/18 (木)				4/19 (金)				4/20 (土)								
10時15分	カラダに よい 体操	フラモ & パーラー ピース	自遊 パソ コン	ペーパー クイリ ング	ボジ びあ	ゆったり スト レッチ	絵画	アレンジ フラワー	作業 (講師)	ココロの ストレッチ ② (①に参加 した方のみ)	革工芸	寺子屋 リカバリ 充実した 生活	カラ オケ	生活応援P 知っておこう 介護保険	自由 書道	フラ パン	パド ミン トン	ダンス	多目DE スポーツ (靴・服)	映画上映会♪ ロスト ワールド 前半	茶話会	組みひも キーホルダー 作り	休日						
13時30分	多目DE スポーツ (靴・服)	アレンジ フラワー	音楽 療法 (講師)	オープン 陶芸	タオ ル 体操	映画上映会♪ キングダム シーズン1 ⑥~⑧	思春期 自己表現	ゲーム	革工芸 (初心者 のみ)	春の 絵手紙	脳トレ & 英文字	ジム トレ (靴)	消しゴム はんこ 作り	お花見MT (参加者全員)	カラ オケ	映画上映会♪ ロスト ワールド 後半	ゲーム	自遊 パソ コン	卓球 (服・靴)	休日		休日							
	4/22 (月)				4/23 (火)				4/24 (水)				4/25 (木)				4/26 (金)				4/27 (土)								
10時15分	カラダに よい 体操	フラモ & パーラー ピース	自遊 パソ コン	レジン	ボジ びあ	ご当地 体操	絵画	アレンジ フラワー	母の日 リース作り	ソフト ボール	革工芸	寺子屋 リカバリ 自分で説明する リカバリ	レコード CD 鑑賞	心理講座 言葉以外の コミュニ ケーション	自由 書道	スイツ デコ 小物作り	パド ミン トン	ダンス	多目DE スポーツ (靴・服)	茶話会	手芸 (講師)	マインド フルネス ぐるぐる不安を どうするか	多目DE スポーツ (靴・服)	自主活動 ※華以外の途中作品 塗り絵・パスル スクラッチアート 読書					
13時30分	多目DE スポーツ (靴・服)	アレンジ フラワー	音楽 療法 (講師)	ニードル パンチ 小物作り	椅子 DE スト レッチ	映画上映会♪ シーズン1 ① 13:15~	さくら ほりきり	ポエム	ジム トレ (靴)	革工芸 (初心者 のみ)	石狩図書館 に行こう♪	デコ パージュ 小物作り	ジム トレ (靴)	脳トレ & 英文字	Music 喫茶	バレ	さくら ほりきり	ゲーム	自遊 パソ コン	卓球 (服・靴)	ジム トレ (靴)	自主活 動	カラ オケ	休日					
	4/29 (月)				4/30 (火)				<p>作業(講師) 【 革工芸について 】 革工芸が初参加、もしくは作業に慣れていない方のプログラムを新たにを設けました。参加を考えている方は、下の内容をご確認ください</p> <p>①革工芸(初心者)に参加できるのは、革工芸が初参加、もしくは参加し始めて間もない方、作業に慣れていない方です。 ②革工芸・革工芸(初心者)の両方に参加することはできません。</p> <p>【 土曜日のプログラムについて 】</p> <p>* 『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 * 『自主活動』の時間内で作業を希望される場合、取り組めるのは途中作品の作成が中心となります。途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。</p> <p>【 アレンジフラワーについて 】</p> <p>* 花器(縦横10cm程度のお大きさ)の持参をおすすめします! * 参加は、月曜か火曜のどちらか1日です。 * 同じ週で2回の参加はできません。</p>																				
10時15分	昭和の日				近隣 ウォ キング (靴・服・ 帽子)	絵画	アレンジ フラワー	ピース (続きの作品 作れます)																	作業 (講師)	スロ トレ	映画上映会♪ シーズン1 ②	コラージュ ノート作り	作業 (講師)
13時30分	昭和の日				スロ トレ	映画上映会♪ シーズン1 ②	コラージュ ノート作り	作業 (講師)																					



2024年 テイクアウトプログラム



3月

☆講師作業申し込み方法変更のお知らせ☆

3月から先着順になります!

事前申し込みのうえ、**当日午前10時・午後13時25分**に集合の方優先です。
詳しくは掲示板をご覧ください!!

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- * 服装の不明点は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後にテイクアウトセンター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、**午前からの参加**をお願いします。

マークは、テイクアウトが開催される日です(事前申し込み)。



		3/1 (金)															3/2 (土)												
10時15分	S	<p>【 革工芸について 】 革工芸が初参加、もしくは作業に慣れていない方のプログラムを新たに設けました。 参加を考えている方は、下の内容をご確認ください。</p> <p>①革工芸(初心者)に参加できるのは、革工芸が初参加、もしくは参加し始めて間もない方、作業に慣れていない方です。 ②革工芸・革工芸(初心者)の両方に参加することはできません。</p> <p>【 土曜日のプログラムについて 】 *『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 *『自主活動』の時間内で作業を希望される場合、取り組めるのは途中作品の作成が中心となります。途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。</p> <p>【 アレンジフラワーについて 】 *花器(縦横10cm程度の大きさ)の持参をおすすめします! *参加は、月曜か火曜のどちらか1日です。 同じ週で2回の参加はできません。</p>															<p>多目DEスポーツ(靴・服)</p> <p>NEW 茶話会</p> <p>レジン</p> <p>コミュニケーションセミナー① 掲示板をご確認ください</p>			<p>休日</p>									
13時30分		<p>声に出して読みたい日本語</p> <p>ゲーム</p> <p>さくらほりきり</p> <p>卓球(服・靴)</p>																											
		3/4 (月)					3/5 (火)					3/6 (水)					3/7 (木)					3/8 (金)					3/9 (土)		
10時15分	S	カラダにすこよい体操	プラモ&パーラーピース	自遊パソコン	ニードルパンチ小物作り	ポジびあ	体幹エクササイズ	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ダンベル体操	革工芸	寺子屋リカバリーリカバリーシート②	カラオケ	生活応援P 胃腸の健康	自由書道	作業(講師)	パドミントン	ダンス	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	ピース(講師)	コミュニケーションセミナー② ①に参加した方のみ	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※単以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書				
13時30分		S	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	首肩スッキリ体操	映画上映会♪ キングダムシーズン1 ⑱~㉔	NEW 思春期自己表現	作業(講師)	こごりカバレー練習試合(服・靴)	革工芸(初心者のみ)	プラバン	石狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	脳トレ&美文字	障がい者アート展を見に行こう!!	パレー	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ				
			3/11 (月)					3/12 (火)					3/13 (水)					3/14 (木)					3/15 (金)					3/16 (土)	
10時15分	S	カラダにすこよい体操	プラモ&パーラーピース	椅子DEストレッチ	絵画	さくらほりきり	作業(講師)	ココロのストレッチ① 掲示板をご確認ください	骨盤底筋体操	革工芸	寺子屋リカバリーリカバリーストーリー①	レコード鑑賞	カラージュニアート作り	自由書道	カラオケ	パドミントン	ダンス	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	映画上映会♪ ジュラシックパーク 前半	チロルチョコマグネット	休日							
13時30分		S	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	タオル体操	映画上映会♪ キングダムシーズン1 ㉕~㉙	アレンジフラワー	脳トレ&美文字	ジムトレ(靴)	レジン	詩&ボエム	ソフトボールバッティングセンターへ行こう!	ジムトレ(靴)	レコード鑑賞	マインドフルネス 自分の限界を知る	パレー	映画上映会♪ ジュラシックパーク 後半	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ					
			3/18 (月)					3/19 (火)					3/20 (水)					3/21 (木)					3/22 (金)					3/23 (土)	
10時15分	S	カラダにすこよい体操	プラモ&パーラーピース	自遊パソコン	ペーパークイリング	ポジびあ	ご当地体操	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ② ①に参加した方のみ	春分の日					生活応援P SDGs ~環境編~	自由書道	レコード鑑賞	パドミントン	ダンス	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	手芸ピース(講師)	組みひもキーホルダー作り	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動 ※単以外の途中作品 塗り絵・パズル スクラッチアート 読書		
13時30分		S	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	オープン陶芸	体幹エクササイズ	映画上映会♪ キングダムシーズン1 ㉚~㉞	思春期自己表現	作業(講師)	ジムトレ(靴)	ソフトボールMT	革工芸(初心者のみ)	組みひもキーホルダー作り	石狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	Music喫茶	レジン	パレー	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ			
			3/25 (月)					3/26 (火)					3/27 (水)					3/28 (木)					3/29 (金)					3/30 (土)	
10時15分	S	カラダにすこよい体操	プラモ&パーラーピース	自遊パソコン	フラパン	ポジびあ	棒体操	絵画	アレンジフラワー	さくらほりきり	作業(講師)	首肩スッキリ体操	革工芸	寺子屋リカバリーリカバリーストーリー②	カラオケ	スクラッチアート	自由書道	マインドフルネス ストレスを感じたとき	パドミントン	ダンス	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	脳トレ&美文字	スイーツデコ小物作り	休日				
13時30分		S	多目DEスポーツ(靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	ニードルパンチ小物作り	骨盤底筋体操	映画上映会♪ キングダムシーズン1 ㉟~㉛	脳トレ&美文字	作業(講師)	ジムトレ(靴)	ソフトボールMT	革工芸(初心者のみ)	組みひもキーホルダー作り	石狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	Music喫茶	レジン	パレー	さくらほりきり	ゲーム	自遊パソコン	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ			

2024年 デイケアプログラム

1月



【年始のデイケア開催】

明けましておめでとうございます!!

・2024年は、1月4日からデイケアが始まります♪

寒い日が続いていますが、風邪などひかないよう元気に新しい年を迎えましょう!

- * のプログラムは事前の申し込みが必要です。スタッフにご確認ください。
- * のプログラムはサークル活動になります。メンバー主体で活動しています。
- * はセンター外で行うプログラムです。
- * スポーツプログラムは、靴(運動靴)・服(ジャージ・スウェット)の準備をお願い致します。
- 服装の不明点は、スポーツインストラクターにご相談下さい。
- * 午後1時にデイケアセンター外で行うプログラムに参加を希望される方は、体調確認や送迎車の都合がありますので、午前からの参加をお願いします。
- * のプログラムは女性のみ参加、のプログラムは男性のみの参加となります。
- * マークは、デイナイトケアが開催される日です(事前申し込み)。



	1/1 (月)				1/2 (火)				1/3 (水)				1/4 (木)				1/5 (金)				1/6 (土)																																																																															
10時15分	休日				休日				休日				2024年 今年の一文字&俳句				多目DEスポーツ(靴・服)				映画上映会 ONE PIECE FILM RED 前半				脳トレ				プラモ&パーラーピース				休日																																																																			
13時30分	YSAH												ジムトレ(靴)				新春ゲーム				リカバリーフォーラム				映画上映会 ONE PIECE FILM RED 後半				ゲーム				絵画				卓球(服・靴)																																																															
	1/8 (月)				1/9 (火)				1/10 (水)				1/11 (木)				1/12 (金)				1/13 (土)																																																																															
10時15分	成人の日				椅子DEストレッチ				絵画				さくらほりきり				作業(講師)				タオル体操				革工芸				寺子屋リカバリー 困難から学ぶ②				レコードCD鑑賞				心理講座 考え方のクセ				自由書道				作業(講師)				バドミントン				ダンス				多目DEスポーツ(靴・服)				プラン				ピース(講師)				コミュニケーションセミナー ① ※提示板をご確認ください				ジョブチャレンジ⑨				多目DEスポーツ(靴・服)				自主活動 ※奉以外の途中作品 スクラッチアート 学習・塗り絵 ゲームなど																			
13時30分					冬に負けない足腰強化体操				レジン				アレンジフラワー				めざせ美文字				ベースボール5(靴・服)				革工芸(初心者のみ)				カラージュエリー作り				クリスマス会 委員 振り返り				ジムトレ(靴)				プラモ&パーラーピース				ハロー元氣プランナー				パレー				さくらほりきり				ゲーム				自遊パソコン				卓球(服・靴)				ジムトレ(靴)				自主活動				カラオケ																							
	1/15 (月)				1/16 (火)				1/17 (水)				1/18 (木)				1/19 (金)				1/20 (土)																																																																															
10時15分	カラダにすくよい体操				プラモ&パーラーピース				自遊パソコン				ベーパークイリング				ボジびあ				体幹エクササイズ				絵画				アレンジフラワー				作業(講師)				ココロのストレッチ① ※提示板をご確認ください				ソフトボールゲームDAY				革工芸				寺子屋リカバリー 言葉が作る現実				カラオケ				生活応援P 冬を元気に過ごそう!				自由書道				レコードCD鑑賞				バドミントン				ダンス				多目DEスポーツ(靴・服)				ゲーム				レジン				ジョブチャレンジ⑩				コミュニケーションセミナー② ①に参加した方のみ				休日			
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)				アレンジフラワー				音楽療法(講師)				オープン陶芸				室内ゲートボール				映画上映会 SPY×FAMILY シーズン2 ⑨~⑪				作業(講師)				めざせ美文字				ジムトレ(靴)				スクラッチアート				NEW 本格コーヒーを楽しもう!				石狩図書館に行こう!				ジムトレ(靴)				プラン				マインドフルネス 「受け止める大切さを知ろう」				詩&ボエム				さくらほりきり				ゲーム				自遊パソコン				ジョブチャレンジ⑩				卓球(服・靴)																			
	1/22 (月)				1/23 (火)				1/24 (水)				1/25 (木)				1/26 (金)				1/27 (土)																																																																															
10時15分	カラダにすくよい体操				文教堂へ行こう! (プラモを購入します)				自遊パソコン				プラパン				首肩スッキリ体操				絵画				アレンジフラワー				作業(講師)				ココロのストレッチ② ①に参加した方のみ				冬に負けない足腰強化体操				革工芸				寺子屋リカバリー 期待と役割				レコードCD鑑賞				生活応援P 知ってますか? セルフレジ				自由書道				スクラッチアート				バドミントン				ダンス				多目DEスポーツ(靴・服)				手芸(講師)				ジョブチャレンジ⑪				プログラムミーティング (プログラムについて、皆さんで意見交換や話し合います)				多目DEスポーツ(靴・服)				自主活動 ※奉以外の途中作品 スクラッチアート 学習・塗り絵 ゲームなど							
13時30分	多目DEスポーツ(靴・服)				アレンジフラワー				音楽療法(講師)				オープン陶芸				めざせ美文字				映画上映会 キングダム シーズン1 ①~③				ゲーム				ベースボール5(靴・服)				革工芸(初心者のみ)				マインドフルネス 「手放すとは?」				脳トレ				ジムトレ(靴)				ハロー元氣プランナー				脳トレ				レジン				パレー				さくらほりきり				ゲーム				自遊パソコン				ジョブチャレンジ⑪				卓球(服・靴)				ジムトレ(靴)				自主活動				カラオケ							
	1/29 (月)				1/30 (火)				1/31 (水)				【革工芸について】				【土曜日のプログラムについて】																																																																																			
10時15分	カラダにすくよい体操				プラモ&パーラーピース				自遊パソコン				ベーパークイリング				ボジびあ				ゆがみ直し体操				絵画				アレンジフラワー				作業(講師)				ダンベル体操				革工芸				ソフトボール バッティングセンターへ行こう!				寺子屋リカバリー 自分に必要な配慮				<p>革工芸が初参加、もしくは作業に慣れていない方のプログラムを新たに設けました。 参加を考えている方は、下の内容をご確認ください。</p> <p>①革工芸(初心者)に参加できるのは、革工芸が初参加、もしくは参加し始めて間もない方、作業に慣れていない方です。 ②革工芸・革工芸(初心者)の両方に参加することはできません。</p>				<p>『多目的DEスポーツ』は参加者全員で相談し、内容を決めます。 『自主活動』の時間内で作業を希望される場合、取り組めるのは途中作品の作成が中心となります。 途中作品がない方は、スタッフにご相談下さい。</p> <p>【アレンジフラワーについて】 *花器(縦横10cm程度の大きさ)の持参をおすすめします! *参加は、月曜か火曜のどちらか1日です。 同じ週で2回の参加はできません。</p>																																											
13時30分	NEW ニードルパンチDE ブローチ作り				アレンジフラワー				音楽療法(講師)				多目DEスポーツ(靴・服)				ご当地体操				映画上映会 キングダム シーズン1 ④~⑥				手芸				めざせ美文字				ジムトレ(靴)				石狩図書館に行こう!				組みひもキーホルダー作り				プラン																																																							