

2024年 デイケアプログラム

11月

子供ミュージカル開催

11月9日(土)午後から子供ミュージカルを開催します!
一生懸命歌って踊る姿がとてもかわいらしく癒されます。
是非、ご鑑賞ください!!

- ★ 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)。



		【プログラムについて】													11/1(金)			11/2(土)								
10時15分	13時30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。 【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。													多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	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	休日							
		【 ナイトプログラムについて 】 今月は週1回計4回開催します。 内容はバレエ・映画上映・さくらほりきり・卓球のいくつかです。 参加希望の方は別紙に名前を記入してください。 当日参加も可能ですが1日か午後からの参加になります。 ※切は当日の10:15までです。 体調を整えての参加をお願いします。													※11月23日(土)は祝日(勤労感謝の日)ですが、診療日のためデイケアも実施しています。											
		11/4(月)			11/5(火)			11/6(水)			11/7(木)			11/8(金)			11/9(土)									
10時15分	13時30分	文化の日 振替休日		紅葉散策(帽子・日傘・水分)	絵画	さくらほりきり	作業(講師)	ソフトボールMT	革工芸	ニードルパンチ小物作り	カラオケ	生活応援P断捨離しよう!	自由書道	バドミントン(服・靴)	作業(講師)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	手芸ビーズ(途中作品)作り	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	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動	イマココ～マインドフルネス～ 掲示板をご確認ください		
10時15分	13時30分			首屈スッカリ体操	映画上映会♪ウルトラセブン22～24	アレンジフラワー	作業(講師)	ジムトレ(靴)	デコパージュ小物作り	ゲーム	クリスマス会MT	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	マインドフルネスネガティブ患者が出てきたら	スイーツデコ小物作り	作業(講師)	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)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ		
		11/11(月)			11/12(火)			11/13(水)			11/14(木)			11/15(金)			11/16(土)									
10時15分	13時30分	カラダによい体操	フラモ&パーラー&ビーズアート	フラパン	ポジびあ	つどーむ(靴・服)	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	ダンベル体操	革工芸	コラージュノート作り	レコードCD鑑賞	クリスマス会MT	心理講座「決めつけ」に注意をしよう!	自由書道	バドミントン(服・靴)	作業(講師)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	映画上映会♪身代わり忠臣蔵前半	茶話会	脳トレ&美文字	休日	
10時15分	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♪ウルトラセブン25～27	脳トレ&美文字	作業(講師)	ベースボール5(靴・服)	クリスマスリース作り	石狩図書館に行こう!	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	手芸ビーズ(途中作品)作り	ハロー元気プランナー	バレエ(服・靴)	映画上映会♪身代わり忠臣蔵後半	ゲーム	組みひもキーホルダー作り	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ		
		11/18(月)			11/19(火)			11/20(水)			11/21(木)			11/22(金)			11/23(土)									
10時15分	13時30分	近隣散策(帽子・日傘・水分)	フラモ&パーラー&ビーズアート	ニードルパンチ小物作り	ポジびあ	つどーむ(靴・服)	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MT	革工芸	消しゴムはんこ	カラオケ	生活応援P「冬まつり」って知ってる?	自由書道	レジン	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	フラパン	クッキングMT	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動	イマココ～マインドフルネス～ ①に参加した方のみ
10時15分	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)	コラージュノート作り	椅子DEストレッチ	映画上映会♪ウルトラセブン28～30	さくらほりきり	脳トレ&美文字	ジムトレ(靴)	手芸ビーズ(途中作品)作り	マインドフルネス回復力を高めるには	クリスマス会MT	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	レコードCD鑑賞	チロルチョコマグネット	脳トレ&美文字	さくらほりきり	ゲーム	デコパージュ小物作り	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ	
		11/25(月)			11/26(火)			11/27(水)			11/28(木)			11/29(金)			11/30(土)									
10時15分	13時30分	カラダによい体操	フラモ&パーラー&ビーズアート	手芸ビーズ(途中作品)作り	ポジびあ	室内ゲートボール	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	わんぱくダンス(初級)発表会	棒体操	革工芸	組みひもキーホルダー作り	レコードCD鑑賞	クリスマス会MT	NEW 感情のトリセツ	自由書道	カラオケ	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	スイーツデコ小物作り	手芸(講師)	買い物・調理	休日
10時15分	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	骨盤底筋体操	映画上映会♪ウルトラセブン31～33	脳トレ&美文字	作業(講師)	ベースボール5(靴・服)	Music喫茶	石狩図書館に行こう!	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	ミニクリスマスツリー作り	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	コラージュノート作り	卓球(服・靴)	クッキング	休日			

2024年 ティナイトケアプログラム



アートコレクションを見に行こう
 開放時間は9:30~10:30・11:30~15:00です。
 皆さんの素敵な作品が展示してありますので、
 ぜひ観覧し芸術に触れましょう!

- * 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。
- * 午後にティナイト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)。



		10/1 (火)				10/2 (水)				10/3 (木)				10/4 (金)				10/5 (土)							
10時15分	【ナイトプログラムについて】 今月は週1回計4回開催します。 内容はバレー・映画上映・さくらほりきり・花火のいづれかです。 参加希望の方は別紙に名前を記入してください。 当日参加も可能ですが1日か午後からの参加になります。 体調を整えての参加をお願いします。	ダンベル体操	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	あいの里 緑道散策 (靴・日傘 水分)	革工芸	寺子屋 リカバリー	カラオケ	ソフトボール大会★	自由書道	作業(講師)	バドミントン (服・靴)	ダンス (靴)	体力測定 (靴)	茶話会	フリップ	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						
		椅子DEストレッチ	♪映画上映会♪ ウルトラセブン 10~12	脳トレ & 美文字	ニードルハンチ小物作り	ソフトボール (靴・服・帽子)	手芸ビーズ (途中作品) 作り	ゲーム	思春期自己表現	ジムトレ (靴)	レコードの鑑賞	さくらほりきり	ゲーム	脳トレ & 美文字	卓球 (服・靴)										
10/7 (月)		10/8 (火)		10/9 (水)		10/10 (木)		10/11 (金)		10/12 (土)															
10時15分	カラダにすくよい体操	フラモ & バレー & ビーズアート	オープン陶芸	ポジびあ	パークゴルフへ行こう!	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	サクラの園	革工芸	寺子屋 リカバリー	レコードの鑑賞	生活応援P 秋の体調管理	自由書道	カラオケ	バドミントン (服・靴)	ダンス (靴)	多目的DEスポーツ (靴・服)	ゲーム	カラージュエリー作り	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)	多目的DEスポーツ (靴・服)	自主活動 ※革以外の途中作品 塗り絵・パスル スクラッチアート 読書
	多目的DEスポーツ (靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法 (講師)	バドミントン練習試合 VS ここりカ		♪映画上映会♪ ウルトラセブン 13~15	さくらほりきり	作業(講師)	脳トレ & 美文字		石狩図書館に行こう!	ジムトレ (靴)	マインドフルネス 怒りへの対処	ハロー元気プランナー	バレー (服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	百合が原公園散策 (靴・日傘 水分)	卓球 (服・靴)	ジムトレ (靴)	自主活動				
10/14 (月)		10/15 (火)		10/16 (水)		10/17 (木)		10/18 (金)		10/19 (土)															
10時15分	スポーツの日				近隣散策 (靴・日傘 水分)	絵画	レジン	ココロのストレッチ ② (①に参加した方のみ)	さとらんど散策 (靴・日傘 水分)	革工芸	寺子屋 リカバリー	カラオケ	チロルチョコマグネット	ゲーム	レコードの鑑賞	バドミントン (服・靴)	ダンス (靴)	多目的DEスポーツ (靴・服)	♪映画上映会♪ ミステリと 言う勿れ 前半	茶話会	クッキング MT	休日			
	休日	首肩スッキリ体操	楽舞珈琲 & Music喫茶	アレンジフラワー	ソフトボール (靴・服・帽子)	ジムトレ (靴)	フリップ	思春期自己表現	ジムトレ (靴)	手芸ビーズ (途中作品) 作り	Wiiを楽しもう!	脳トレ & 美文字	♪映画上映会♪ ミステリと 言う勿れ 後半	ゲーム	テコパージュ小物作り	卓球 (服・靴)									
10/21 (月)		10/22 (火)		10/23 (水)		10/24 (木)		10/25 (金)		10/26 (土)															
10時15分	近隣散策 (靴・日傘 水分)	フラモ & バレー & ビーズアート	オープン陶芸	ポジびあ	つどーむ (靴・服)	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	レコードの鑑賞	消しゴムはんこ	自由書道	作業(講師)	バドミントン (服・靴)	ダンス (靴)	多目的DEスポーツ (靴・服)	ゲーム	レジン	手芸 (講師)	買い物・調理 クッキング	カラオケ	自主活動	
	多目的DEスポーツ (靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法 (講師)	手芸ビーズ (途中作品) 作り	ご当地体操	♪映画上映会♪ ウルトラセブン 16~18	さくらほりきり	作業(講師)	ジムトレ (靴)	マインドフルネス ぐるぐる不安をどうするか	石狩図書館に行こう!	思春期自己表現	ジムトレ (靴)	生活応援P ハロー元気 コラボ 防災センターへ行こう!	作業(講師)	バレー (服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	脳トレ & 美文字	自主活動					
10/28 (月)		10/29 (火)		10/30 (水)		10/31 (木)																			
10時15分	カラダにすくよい体操	フラモ & バレー & ビーズアート	ニードルハンチ小物作り	ポジびあ	つどーむ (靴・服)	絵画	アレンジフラワー	フリップ	龍雲寺 紅葉散策 (靴・日傘 水分)	革工芸	寺子屋 リカバリー	手芸ビーズ (途中作品) 作り	心理講座 自分の価値観を知ろう!	自由書道	スイーツデコ小物作り	バドミントン (服・靴)	ダンス (靴)	【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』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。 【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。							
	多目的DEスポーツ (靴・服)	アレンジフラワー	音楽療法 (講師)	テコパージュ小物作り	体幹エクササイズ	♪映画上映会♪ ウルトラセブン 19~21	ゲーム	カラージュエリー作り	ソフトボール (靴・服・帽子)	レジン	脳トレ & 美文字	思春期自己表現	ジムトレ (靴)	組みひもキーホルダー作り	カラオケ	バレー (服・靴)									

2024年 デイケアプログラム



外出プログラム盛りだくさん
石狩散策、登山と外出プログラムが盛りだくさんの9月。
初秋の空気を感じながら、心も体も健康になりましょう!!

- * 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)。



	9/2 (月)				9/3 (火)				9/4 (水)				9/5 (木)				9/6 (金)				9/7 (土)				
10時15分	カラダにすくい体操	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	近隣散策(帽子・日傘水分)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	モエレ沼公園散策(帽子・日傘水分)	革工芸	寺子屋リカパリー	カラオケ	自由書道	作業(講師)	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	茶話会	手芸ビーズ(途中作品作り)	コミュニケーションゼミナール①(掲示板を掲示して下さい)	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♪家政夫のミタゾノシーズン1(8)	組みひもキーホルダー作り	作業(講師)	ソフトボール(靴・服・帽子)	コラージュノート作り	脳トレ & 美文字	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	ビーズアートシール	バレー(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	あいの里線道散策(帽子・日傘水分)	卓球(服・靴)	映画鑑賞会					
	9/9 (月)				9/10 (火)				9/11 (水)				9/12 (木)				9/13 (金)				9/14 (土)				
10時15分	ソフトボール大会★	プラモ & パーラービーズ	ボジびあ	百合が原公園散策(帽子・日傘水分)	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ①(掲示板をご確認下さい)	ソフトボール(靴・服・帽子)	革工芸	寺子屋リカパリー	レコードの鑑賞	マインドフルネス(辛すぎる時の対処)	自由書道	作業(講師)	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	ゲーム	レジン	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)	多目DEスポーツ(靴・服)	自主活動	映画鑑賞会
13時30分	ソフトボール大会★	アレンジフラワー	音楽療法(講師)	椅子DEストレッチ	映画上映会♪ウルトラセブン1~3	さくらほりきり	コラージュノート作り	ジムトレ(靴)	秋のリース作り	石狩図書館に行こう♪	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	フラパン	ハロー元気プランナー	作業(講師)	バレー(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	ビーズアートシール	卓球(服・靴)	ジムトレ(靴)	自主活動	映画鑑賞会		
	9/16 (月)				9/17 (火)				9/18 (水)				9/19 (木)				9/20 (金)				9/21 (土)				
10時15分	敬老の日				テニス(服・靴・帽子・水分)	絵画	作業(講師)	ココロのストレッチ②(①に参加した方のみ)	近隣散策(帽子・日傘水分)	革工芸	寺子屋リカパリー	カラオケ	生活応援P(災害に備えよう!)	自由書道	作業(講師)	バドミントン(服・靴)	ダンス(靴)	多目DEスポーツ(靴・服)	映画上映会♪あの花が咲く丘で君と出会えたら前半	茶話会	脳トレ & 美文字	クッキングMT	休日		
13時30分	敬老の日				タオル体操	映画上映会♪ウルトラセブン4~6	アレンジフラワー	プラモ & パーラービーズ	ソフトボール(靴・服・帽子)	デコパージュ小物作り	茶話会	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	組みひもキーホルダー作り	カラオケ	脳トレ & 美文字	映画上映会♪あの花が咲く丘で君と出会えたら後半	ゲーム	コラージュノート作り	卓球(服・靴)	自主活動				
	9/23 (月)				9/24 (火)				9/25 (水)				9/26 (木)				9/27 (金)				9/28 (土)				
10時15分	秋分の日 振替休日				近隣散策(帽子・日傘水分)	絵画	マインドフルネスミニめい想デー	手芸ビーズ(途中作品作り)	薬師山を歩こう♪	革工芸	寺子屋リカパリー	レコードの鑑賞	心理講座(考え方のクセを知ろう)	自由書道	スイーツデコ小物作り	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	手芸(講師)	買い物・調理	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	秋分の日 振替休日				Music喫茶	映画上映会♪ウルトラセブン7~9	アレンジフラワー	さくらほりきり	プラモ & パーラービーズ	石狩図書館に行こう♪	思春期自己表現	ジムトレ(靴)	レジン	ハロー元気プランナー	バレー(服・靴)	さくらほりきり	ゲーム	脳トレ & 美文字	卓球(服・靴)	クッキング	ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ		
	9/30 (月)				<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。 <p>【革工芸について】</p> <ul style="list-style-type: none"> 水曜午後の隔週で設けていた初心者の枠は、午前と一緒にすることになりました。 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。 <p>【ナイトプログラムについて】</p> <ul style="list-style-type: none"> 今月は週1回計4回開催します。 内容は卓球・バレー・映画上映・ゲームのいずれかです。 参加希望の方は別紙に名前を記入してください。 当日参加も可能ですが1日か午後からの参加になります。 体調を整えての参加をお願いしています。 																				
10時15分	さとらんど散策(帽子・日傘水分)	プラモ & パーラービーズ	オープン陶芸	ボジびあ																					
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																					

2024年 デイナイトケアプログラム



—5年ぶりにふれあい祭り開催！—
 8月24日第4土曜日の午後5年ぶりにふれあい祭りを開催します！
 初めての方もいると思いますが、
 各部署の出店や抽選会もありますので、皆さん楽しみましょう♪

- * 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。
- * 午後には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）。



		【プログラムについて】										8/1 (木)				8/2 (金)				8/3 (土)							
10時15分	<p>【 革工芸について 】</p> <p>水曜午後の隔週で設けていた初心者の枠は 午前と一緒にすることになりました。 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。</p> <p>【 アレンジフラワーについて 】</p> <p>* 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。</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』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>										生活支援P 紫外線対策 してますか？	自由 書道	レジン	バド ミン トン (服・靴)	ダンス (靴)	多目DE スポーツ (靴・服)	ゲーム	手芸 ビーズ (途中作品) 作り	ジョブ チャレ ンジ 振り返り	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	休日					
13時30分		シム トレ (靴)		レコード の 鑑賞	ハロー元気 プランナー	バレ ー (服・靴)	さくら ほりきり	ゲーム	モエレ活 公園 散策 (帽子・日傘 水分)	卓球 (服・靴)																	
		8/5 (月)				8/6 (火)				8/7 (水)				8/8 (木)				8/9 (金)				8/10 (土)					
10時15分	百合が原 公園 散策 (帽子・日傘 水分)	プラモ & パーラー ビーズ	ニードル パンチ 小物作り	ポジ びあ	近隣 散策 (帽子・日傘 水分)	絵画	アレンジ フラワー	さくら ほりきり	夏祭り縁日 準備	寺子屋 リカバリ 病気を 抱えながら 働くこと	カラ オケ	室内 ゲートボール	自由 書道	作業 (講師)	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 セミナー ② (①に参加 した方のみ)	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	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♪ 家政夫の ミタゾノ シーズン1 ④	コラボ ノート作り	脳トレ & 美文字	夏祭り縁日 本番！！	思春期 自己表現	シム トレ (靴)	マインド フルネス ネガティブ 思考が 出てきたら	夏の 小物作り	バレ ー (服・靴)	さくら ほりきり	ゲーム	レジン	卓球 (服・靴)	自主活動 カラオケ	シム トレ (靴)							
		8/12 (月)				8/13 (火)				8/14 (水)				8/15 (木)				8/16 (金)				8/17 (土)					
10時15分	山の日 振替休日				あいの里 緑道 散策 (帽子・日傘 水分)	絵画	ビーズ アート シール	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	ソフト ボール (靴・服・ 帽子)	革工芸	寺子屋 リカバリ リカバリ シート ①	レコード の 鑑賞	生活支援P 日本の文化 ～お盆編～	自由 書道	作業 (講師)	バド ミン トン (服・靴)	ダンス (靴)	多目DE スポーツ (靴・服)	映画上映会♪ 飛んで埼玉 ～琵琶湖より 愛をこめて～ 前半	ゲーム	組みひも キーホルダー 作り	休日				
13時30分					ご当地 体操	映画上映会♪ 家政夫の ミタゾノ シーズン1⑤ (カルチャー)	アレンジ フラワー	プラモ & パーラー ビーズ	シム トレ (靴)	手芸 ビーズ (途中作品) 作り	石狩図書館 に行こう♪	思春期 自己表現	シム トレ (靴)	フラ パン	ハロー元気 プランナー	脳トレ & 美文字	映画上映会♪ 飛んで埼玉 ～琵琶湖より 愛をこめて～ 後半	ゲーム	さくら ほりきり (アトリエ)	卓球 (服・靴)							
		8/19 (月)				8/20 (火)				8/21 (水)				8/22 (木)				8/23 (金)				8/24 (土)					
10時15分	カラダに よい 体操	プラモ & パーラー ビーズ	レジン	ポジ びあ	ソフトボール 練習試合 VS 音響	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)	さとらんど 散策 (帽子・日傘 水分)	革工芸	寺子屋 リカバリ リカバリ シート ②	カラ オケ	近隣 散策 (帽子・日傘 水分)	レコード の 鑑賞	作業 (講師)	バド ミン トン (服・靴)	ダンス (靴) 休憩中 発表会 やるよ！	多目DE スポーツ (靴・服)	茶話会	ニードル パンチ 小物作り	手芸 (講師)	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	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♪ 家政夫の ミタゾノ シーズン1 ⑥	ゲーム	作業 (講師)	ソフト ボール (靴・服・ 帽子)	コラボ ノート作り	脳トレ & 美文字	思春期 自己表現	シム トレ (靴)	マインド フルネス 幸福感を 高める	組みひも キーホルダー 作り	バレ ー (服・靴)	さくら ほりきり	ゲーム	脳トレ & 美文字	卓球 (服・靴)	ふれあい祭り							
		8/26 (月)				8/27 (火)				8/28 (水)				8/29 (木)				8/30 (金)				8/31 (土)					
10時15分	カラダに よい 体操	プラモ & パーラー ビーズ	手芸 ビーズ (途中作品) 作り	ポジ びあ	テニス (服・靴 ・帽子 ・水分)	絵画	アレン ジ フラ ワー	スイーツ デコ 小物作り	ソフト ボール (靴・服・ 帽子)	革工芸	寺子屋 リカバリ リカバリ ストリー ①	レコード の 鑑賞	心理講座 不安な気持ち との 付き合い方	自由 書道	レジン	バド ミン トン (服・靴)	ダンス (靴)	多目DE スポーツ (靴・服)	ゲーム	テコ パー ージュ 小物作り	脳トレ & 美文字	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)	ビーズ アート シール	映画上映会♪ 家政夫の ミタゾノ シーズン1 ⑦	ゲーム	さくら ほりきり	ゲーム	シム トレ (靴)	フラ パン	石狩図書館 に行こう♪	思春期 自己表現	シム トレ (靴)	Music 喫茶	ハロー元気 プランナー	バレ ー (服・靴)	さくら ほりきり	ゲーム	NEW はぎれて フラパン パッチ作り	卓球 (服・靴)							

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1①	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1②	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)		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1③	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	*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 温気対策してますか?	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	石狩図書館に行こう!	レコードの鑑賞	ジムトレ(靴)	チロルチョコマグネット	ハロー元気プランナー	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 パーシュー小物作り	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 サプリと栄養	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 ミニめい想デー	石狩図書館に行こう!	Music 喫茶	ジムトレ(靴)	カラージュノート作り	ハロー元気プランナー	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 デイケアプログラム

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> <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』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> <p>【アレンジフラワーについて】</p> <p>* 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。</p>	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CD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 富田太田(ぼつ)	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CD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CD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CD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、よろしくお祈りします_(._.)_

- * 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 & 美文字	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	レジン	春の 絵手紙	脳トレ & 美文字	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				
	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 & 美文字	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	
	4/29 (月)				4/30 (火)				<p>作業 (講師) 【 革工芸について 】</p> <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)															
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)	バドミントン	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		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	右狩図書館に行こう!	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!!	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					
		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	カラージュノート作り	自由書道	カラオケ	バドミントン	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		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	ソフトボールパッチ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	バレ	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	バドミントン	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		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)	ハラ〜元気プランナー	プラバン	自遊パソコン	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	バドミントン	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		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	右狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	Music喫茶	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					

2024年 デイケアプログラム



【 掲示板上見えていますか?? 】
 スタッフルーム横の掲示板上には、最新のお知らせが貼ってあります。
 デイケア参加の日は、ご確認ください!

- * 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。
- * 午後には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致します。

🌙 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)。



		【 革工芸について 】										【 土曜日のプログラムについて 】										2/1 (木)					2/2 (金)					2/3 (土)		
10時15分	S	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。										* 『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。										ピース	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)	組みひもキーホルダー作り	コミュニケーションセミナー①	ゲーム	ジョブチャレンジ⑫	🌟 休日 🌟		
13時30分		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。										【 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。										ジムトレ(靴)	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⑫	卓球(服・靴)				
		2/5 (月)					2/6 (火)					2/7 (水)					2/8 (木)					2/9 (金)					2/10 (土)							
10時15分	S	カラダにすこよい体操	フラモ&パーラーピース	ベーパークイリング	自遊パソコン	ポジびあ	骨盤底筋体操	絵画	アレンジフラワー	作業(講師)	作業(講師)	首肩スッキリ体操	革工芸	寺子屋リカバリーびあサポート①	レコード鑑賞	生活応援Pセルフマッサージ〜手繰〜	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)	ゲーム	ピース(講師)	コミュニケーションセミナー②	ジョブチャレンジ振り返り	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)	オープン陶芸	リラクゼーション	映画上映会	めざせ美文字	作業(講師)	ベースボール5(靴・服)	革工芸(初心者のみ)	フラパン	石狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	ハロー元気プランナー	脳トレ&美文字	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										
		2/12 (月)					2/13 (火)					2/14 (水)					2/15 (木)					2/16 (金)					2/17 (土)							
10時15分	S	建国記念日 振替休日										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	冬に負けない足腰強化体操	革工芸	寺子屋リカバリーびあサポート②	カラオケ	心理講座 人との境界線	自由書道	ニードルパンチ小物作り	バドミントン	ダンス	多目DEスポーツ(靴・服)	映画上映会	幸福の黄色いハンカチ前半	手芸(講師)	ゲーム	卓球練習試合 VS 他部	🌟 休日 🌟		
13時30分		体幹エクササイズ	映画上映会	アレンジフラワー	作業(講師)	ココロのストレッチ②	ジムトレ(靴)	ソフトボールバッティングセンターへ行こう!	フラモ&パーラーピース	パンコン	脳トレ	ジムトレ(靴)	手芸	マインドフルネス 思いやりとやさしさ	詩&ボエム	映画上映会	幸福の黄色いハンカチ後半	ゲーム	自遊パソコン															
		2/19 (月)					2/20 (火)					2/21 (水)					2/22 (木)					2/23 (金)					2/24 (土)							
10時15分	S	カラダにすこよい体操	フラモ&パーラーピース	ベーパークイリング	自遊パソコン	ポジびあ	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③	骨盤底筋体操	革工芸	寺子屋リカバリー病気を抱えながら働くこと	組みひもキーホルダー作り	Wiiを楽しもう	自由書道	レコード鑑賞	バドミントン	ダンス	🎂 天皇誕生日 🎂					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)	オープン陶芸	映画上映会	レジン	めざせ美文字	ベースボール5(靴・服)	革工芸(初心者のみ)	NEW Music 喫茶	石狩図書館に行こう!	ジムトレ(靴)	ハロー元気プランナー	フラパン	パレー				ジムトレ(靴)	自主活動	カラオケ												
		2/26 (月)					2/27 (火)					2/28 (水)					2/29 (木)																	
10時15分	S	カラダにすこよい体操	フラモ&パーラーピース	ニードルパンチ小物作り	自遊パソコン	デイケア初心者の集い	ソフトボール練習試合	絵画	アレンジフラワー	さくらほりきり	作業(講師)	ソフトボールMT	革工芸	寺子屋リカバリーリカバリーシート①	カラオケ	生活応援P 免疫力をUPしよう!	自由書道	自遊パソコン	バドミントン	ダンス	《Music 喫茶》 従来のレコード・CD鑑賞の時間に、コーヒーを入れ頂きながら音楽を楽しむ、新しいプログラムです。													
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)	スクラッチアート	映画上映会	めざせ美文字	作業(講師)	ジムトレ(靴)	テコパージュ小物作り	脳トレ&美文字	マインドフルネス 気長に待つ	ジムトレ(靴)	ゲーム	カラージュート作り	パレー																		

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	S	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	S	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 * 掲示帳をご確認ください	ジョブチャレンジ ⑨	多目DEスポーツ (靴・服)	自主活動 ※ 奉引以外の途中作品 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	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	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 * 掲示帳をご確認ください	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 & ポエム	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	S	カラダによい体操	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 ※ 奉引以外の途中作品 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】 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。						【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。											
10時15分	S	カラダによい体操	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	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														
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	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。 * 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。														