

令和8年 10月 デイケア予定表

氏名：

☆ デイケアからのお知らせ ☆					氏名：	
日	【芋煮会のお知らせ】芋煮会は9月16日までに予約された方が対象です。 <u>当日は給食がでないので、おにぎりなどをご持参ください。</u> みんなで秋のひとときを楽しみましょう！ 【秋に気をつけたいこと】朝晩と日中の寒暖差が大きくなってきました。脱ぎ着しやすい服装を選び、体調に合わせて調整をしましょう。また、睡眠や食事を大切に、疲れを感じたときは無理せず休みましょう。				1 (木)	2 (金)
					体験利用に おすすめ！	
AM					☐ 男の音楽鑑賞	☐ 秋の射的
					☐ コットン～手芸コラージュ	☐ 自主活動
PM					☐ 趣味の時間	☐ ビーチバレー
					☐ 自主活動	☐ 自主活動
日	5 (月)	6 (火)	7 (水)	8 (木)	9 (金)	
AM	☐ 全体リラク ☐ 自主活動	☐ ペーパーワーク ☐ 自主活動	☐ 風船バレー ☐ 自主活動	☐ ウェルネス&レク ☐ 自主活動	☐ ボッチャビンゴ ☐ 自主活動	
PM	☐ ゲートボール ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ バド&スポテニ ☐ 自主活動	
日	12 (月)	13 (火)	14 (水)	15 (木)	16 (金)	
AM	スポーツの日	☐ 芋の子皮むき ☐ 音楽鑑賞会	☐ 芋煮会	☐ 映画鑑賞会 ☐ 自主活動	☐ スカットペタンク ☐ 自主活動	
PM		☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ ソフトバレー ☐ 自主活動	
日	19 (月)	20 (火)	21 (水)	22 (木)	23 (金)	
AM	☐ ペーパークラフト ☐ 自主活動	☐ ペーパーワーク ☐ 自主活動	☐ 囲碁ボール ☐ 自主活動	☐ チェアリラク&レク ☐ 自主活動	☐ 秋の魚釣り ☐ 自主活動	
PM	☐ グランドゴルフ ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ バド&スポテニ ☐ 自主活動	
日	26 (月)	27 (火)	28 (水)	29 (木)	30 (金)	
AM	☐ プラ板 ☐ 自主活動	☐ ペーパーワーク ☐ 自主活動	☐ シャフルボード ☐ 自主活動	☐ カラオケ ☐ 自主活動	☐ ピンポンコロコロ ☐ 自主活動	
PM	☐ バド&卓球 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ 趣味の時間 ☐ 自主活動	☐ スポンジ野球 ☐ 自主活動	

- 参加希望プログラムの口印にチェックを付けて提出して下さい。
- 連絡先0191-23-3655（デイケア：内線1810）

趣味の時間:火・水・木曜日午後、ゆったり好きなことができます ラミーキューブ、塗り絵、卓球、麻雀、Wiiゲームなど。

★**みんなでプチゲーム**:趣味の時間とは別の種目を取り組むボードゲームです。初めての方でも安心して取り組みます。

★**勉強会**:病気や社会資源などについて学ぶ時間です。

★**ペーパーワーク**:紙を使った創作活動を行います。ぬりえ、折り紙、書道、プリントなど。

★**コットン**:木曜日午前、女性限定プログラム 主に手芸を行います。

軽スポーツ:月・金曜午後、体育館での運動プログラム

バドミントン、スポンジテニス、スポンジ野球、卓球、ソフトバレー、ビーチバレーなど。楽しく身体を動かしましょう。

軽レク:水・木・金曜日など、活動室で楽しくレクリエーションを行います。

囲碁ボール、シャフルボードといった対人種目、ビーンボウリング、ペタンクビンゴなど個人種目もあります。

園芸:今年はお花を中心に栽培中。今は、コキアやコスモス、朝顔育てておりました。

革細工:それぞれ月1回 革細工では、しおりから始まり小銭入れなど。

自主活動・休養:毎日、自分のペースで静かに過ごせます

デイケアの活動は選択できます。また体調によっては休むことが必要な時もあります。

個人面談:随時、時間を調整して行います

今後を考え、スタッフと話し合いながら取り組みそうな目標を立てていきます。3ヶ月毎に目標確認し計画を立てています。