

令和8年 11月 デイケア予定表

氏名：

日	2 (月)	3 (火)	4 (水)	5 (木)	6 (金)
AM	☐ 全体リラク ☐ 自主活動	文化の日	☐ モルック ☐ 自主活動	☐ 男の音楽鑑賞会 ☐ コットン〜手芸コラージュ	☐ ビーンボウリング ☐ 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	☐ ビーチバレー ☐ 自主活動
日	9 (月)	10 (火)	11 (水)	12 (木)	13 (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	☐ ウェルネス&レク ☐ 自主活動	☐ お題deダーツ ☐ 自主活動
PM	☐ グラウンドゴルフ ☐ 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	16 (月)	17 (火)	18 (水)	19 (木)	20 (金)
AM	☐ プラ板 ☐ 自主活動	☐ チャレンジドジャパン 出張講座	☐ 風船バレー ☐ 自主活動	☐ チェアリラク&レク ☐ 自主活動	☐ ペタンクビンゴ ☐ 自主活動
PM	☐ 卓球&スポテニ ☐ 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
日	23 (月)	24 (火)	25 (水)	26 (木)	27 (金)
AM	勤労感謝の日	☐ ペーパーワーク ☐ 自主活動	☐ ボッチャ ☐ 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		☐ 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	30 (月)	☆ デイケアからのお知らせ ☆ *11/17 (火)：チャレンジドジャパンさんを招いて「あいさつ・言葉づかい」についての出張講座を開催します！普段の生活にも十分活かせる内容となっておりますので、どうぞご参加下さい！！ 【デイケアより一言】：11月は秋から冬への移行期で急激な気温の低下や空気の乾燥が始まります。寒暖差による体調変化や、日暮れに伴う転倒・交通事故に気を付けましょう！			

●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 卓上ゲーム、パズル、塗り絵、編み物、麻雀、テレビゲームなど。

★**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。