2022年1月

若草病院DC・遊学舎プログラム

◎遊学舎携帯（月～金8:30～17:00）090－5728－4550

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
午前	3 1/1～1/3までお休み	4 個別時間 こでまりミーティング	5 個別時間 みんなですごろく 映画上映会（9:30～）	6 個別時間 個人選択活動 映画上映会（9:30～）	7 個別時間 CBT③（リラックス法） 映画上映会（9:30～）	8	9
午後		個別時間 個人選択活動	個別時間/初詣 個人選択活動	個別時間/創作活動 カルタ大会	個別時間/テーブルゲーム 個人選択活動		
午前	10 成人の日	11 個別時間 管理栄養士のお話	12 個別時間 簡単クッキング（餅アレンジ） 映画上映会（9:30～）	13 個別時間 行動活性化① 映画上映会（9:30～）	14 個別時間 CBT③（バランス思考） 映画上映会（9:30～）	15	16
午後		個別時間 園芸（計画を立てよう）	個別時間/スポーツ MY凧を作ろう	個別時間/創作活動 個人選択活動	個別時間/Wiiで遊ぼう 個人選択活動		
午前	17 個別時間 リラクゼーション	18 個別時間 園芸（買い出し）	19 個別時間 Nsのお話 映画上映会（9:30～）	20 個別時間 行動活性化② 映画上映会（9:30～）	21 個別時間 CBT③（セルフモリタリング） 映画上映会（9:30～）	22	23
午後	個別時間 社会資源（火災への備え）	個別時間 園芸（ベランダ整備）	個別時間/散歩 個人選択活動	個別時間/創作活動 ニュースポーツ	個別時間/テーブルゲーム 個人選択活動		
午前	24 個別時間 こでまりクリーン大作戦	25 個別時間 個人選択活動	26 個別時間 事業所見学 映画上映会（9:30～）	27 個別時間 行動活性化③ 映画上映会（9:30～）	28 個別時間 CBT③（ストレスコーピング） 映画上映会（9:30～）	29	30
午後	個別時間 MY凧を飛ばそう	個別時間 お散歩ビンゴ	個別時間 体育館へ行こう	個別時間/創作活動 ストレスマネジメント	個別時間/Wiiで遊ぼう 個人選択活動		
午前	31 個別時間 釣り準備（買い出しなど）						
午後	個別時間 釣りに行こう						

《活動時間》
10:00～11:30　午前プログラム
11:30～13:30　静かな時間
（ぬりえ・読書・創作活動などをして、静かに過ごしましょう）
13:30～15:00　午後プログラム

□ 遊学舎のプログラムです
こでまりとの合同プログラムです
デイケアとの合同プログラムです

《お知らせ》★食事を希望する場合は１０時までに連絡をお願いします。活動内容は参加人数・天候などにより急に変更となることがあります。
★参加時はマスクを着用してください。感染対策へのご協力をお願いします。