



デイケアプログラム



月		火		水		木		金		土	
AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
2		3		4		5		6		7	
サークル活動 (げんき)	選択活動 (釣りロマン)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (CBGT)	サークル活動 (クッキング)	選択活動 (IMR)	サークル活動 (ミニヨガ)	選択活動 (外出)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (SST)	サークル活動 (ミニクッキング)	選択活動 (カラオケ)
(鑑賞)	(カラオケ)	(鑑賞)	(自主活動)	(マインドフルネス)	(ハンドベル)	(ブックカフェ)	(アロマセラピー)	(創作)	(自主活動)	(自主活動)	(外出)
(ブックカフェ)	(自主活動)	(外出)		(外出)	(自主活動)		(自主活動)	(外出)			(自主活動)
9		10		11		12		13		14	
サークル活動 (げんき)	選択活動 (釣りロマン)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (CBGT)			サークル活動 (クッキング)	選択活動 (外出)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (SST)	サークル活動 (ミニクッキング)	選択活動 (カラオケ)
(鑑賞)	(カラオケ)	(鑑賞)	(自主活動)			(マインドフルネス)	(自主活動)	(創作)	(自主活動)	(自主活動)	(外出)
(ブックカフェ)	(自主活動)	(外出)						(外出)			(自主活動)
16		17		18		19		20		21	
健康管理 (室内ウォーキング)	選択活動 (釣りロマン)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (CBGT)	サークル活動 (クッキング)	選択活動 (IMR)	サークル活動 (ミニヨガ)	選択活動 (外出)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (SST)	サークル活動 (ミニクッキング)	選択活動 (カラオケ)
	(カラオケ)	(鑑賞)	(自主活動)	(マインドフルネス)		(ブックカフェ)	(アロマセラピー)	(創作)	(自主活動)	(自主活動)	(外出)
	(自主活動)	(外出)		(外出)	(自主活動)		(自主活動)	(外出)			(自主活動)
23		24		25		26		27		28	
天皇誕生日		サークル活動 (げんき)	選択活動 (CBGT)	サークル活動 (クッキング)	選択活動 (IMR)	サークル活動 (ミニヨガ)	選択活動 (外出ロピア)	サークル活動 (げんき)	選択活動 (SST)	サークル活動 (外出)	選択活動 (カラオケ)
		(鑑賞)	(自主活動)	(マインドフルネス)	(ハンドベル)	(ブックカフェ)	(自主活動)	(創作)	(自主活動)	(自主活動)	(自主活動)
		(外出)		(外出)	(自主活動)			(外出)	(誕生日会)		

一日のスケジュール



9:30 デイケア開始
10:00 AMプログラム
11:40 昼食～昼休み

13:30 PMプログラム
15:15 帰りの会
15:30 デイケア終了



★★★プログラム紹介★★★

◆ IMR (疾病管理とりカバリー) ◆

病気と上手く付き合い、自分らしい生活を取り戻します

◆ CBGT (集団認知行動療法) ◆

考え方と行動を見直して、気持ちを楽にします

