

# 2026年1月 デイケアプログラム

	月 /開所時間9:30~15:30	火 /開所時間9:30~12:30	水 /開所時間9:30~15:30	金 /開所時間9:30~15:30	土 /開所時間9:30~12:30		
①10:00~12:00 休憩・準備				2 年末年始休暇のためお休みです	3 年末年始休暇のためお休みです		
②13:00~15:00							
①10:00~12:00 休憩・準備	5 新年のご挨拶と初詣 八剣神社にお参りに行きます。遊歩道の散歩も楽しみましょう	6 ゲーム お正月ゲーム「坊主めぐり、カルタ」	7 雑貨になるキリ絵 ゆきんこと結晶＆ゆらゆらモビール	9 大画面バーチャルスポーツ ボウリング	10 新春卓球大会 テーブル卓球を行います 勝者には表彰があります		
②13:00~15:00	デザインアート 木箱と粘土「小さな冬の世界」	12:30で閉室します	映画鑑賞「35年目のラブレター」 読み書きができないまま大人になった夫の感動のラブレターの実話/笑福亭鶴瓶	アンガーマネジメント/怒りのコントロール 「怒り」のコントロール術とアンガーアート	12:30で閉室します		
①10:00~12:00 休憩・準備	12 祝日のためお休みです	13 音楽鑑賞 リクエスト曲を100インチ画面で鑑賞	14 書道「毛筆」 筆文字を書写します	16 スカットボウリングとスカットボール 投げる、ステイックを使って的をめざす	17 身体と心のマッサージとカフェ 癒しをテーマに「アロマ」「音楽」「セルフマッサージ」と「飲み物とお菓子」をどうぞ		
②13:00~15:00		12:30で閉室します	音であそぶ♪～皆でセッション～ 「ミッキー・マウスマーチ」	SST(ソーシャルスキルトレーニング) 対人スキルを学びます	12:30で閉室します		
①10:00~12:00 休憩・準備	19 「将棋」を観たり指したり 前半／ルール説明、ゲーム感覚将棋 後半／個人戦、観戦をして楽しむ	20 ポッチャ ボールを的に近づけ競います。 パラスポーツで有名	21 おはなし折り紙 トントン相撲「おすもうさんと土俵」	23 カロム おはじきとピリヤードを合わせた木製ポードゲーム	24 年明け「フリーマーケット」 お譲り品を差し上げます。(複数抽選) 不要の新古品があればご提供下さい。 (食品、高価ブランド、手作り品は不可)		
②13:00~15:00	音楽セラピー 音楽療法士による楽器演奏やセラピー	12:30で閉室します	室内カラオケ(鑑賞のみ可能) ジョイサウンドカラオケで歌唱します	認知行動療法 ストレスの対処法を学びましょう	12:30で閉室します		
①10:00~12:00 休憩・準備	26 川柳をたのしもう 誰でも簡単「川柳を聞く、楽しむ、よむ」	27 初心者麻雀 説明をしながらゆっくり進めます。皆で楽しませましょう。	28 モルック 12本の木製ピンを倒すフィンランドスポーツ	30 脳トレ あたまの体操あれこれ 間違い探し、パズル、クイズなど	31 本の紹介と朗読と良き声 おすすめの本を紹介して下さい 一説の朗読、喉トレ、早口ことば		
②13:00~15:00	ヨガをはじめよう【予約制】 インストラクターと一緒に進めます	12:30で閉室します	ウクレレ教室 & 演奏会 ウクレレ講師による初心者レッスンや演奏会。鑑賞のみ可能です	SST(ソーシャルスキルトレーニング) 対人スキルを学びます	12:30で閉室します		
デイケアプログラムの活動時間			おしゃせ				
午前	休憩	9:30~10:00	・24(土)年明け「フリーマーケット」/お譲り品を大募集します。出品物はデイケアで展示中です。不要な新古品を提供下さい、随時受け付けています。(当日持参も可)食品、高価ブランド品、手作り品は不可です。 ・年末年始/2025年12月28日(日)~2026年1月4日(日)までデイケアはお休みです。 1月5日(月)より開所します。				
休憩	休憩・昼食	12:00~13:00					
午後	②プログラム活動	13:00~15:00	お願ひ	・患者様同士の連絡先交換やデイケア外での交流は控えてください。ご協力をお願い致します。 ・インフルエンザ感染が拡大している為、不織布マスクの着用をお願いします。入室の際は「石鹼手洗い」「アルコール消毒」のご協力をお願いします。 ・マスクをお持ちでない方には提供させて頂きます。 ・デイケア入室時、食事前は「石鹼手洗い」「アルコール消毒」のご協力をお願いします。 ・お食事は12:00~13:00の休憩時間のみ可能です。火曜日はウイングのお弁当が注文ができます(直接当日10時まで)			
	休憩	15:00~15:20					
	お帰りの準備	15:20~15:30	・SST、認知行動療法、アンガーマネジメント等の心理教育プログラムは、個人情報保護を順守するため「見学」や「自主活動」の利用はお断りさせて頂きます。 ・状況によってプログラムは予告なく変更することがあります。				
 		デイケアブログ	<a href="#">QRコード</a> <a href="#">QRコード</a> ←ホームページ				