

2025年10月 テイケアプログラム

	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			1 切り絵🍷 ハロウィンの壁飾り	3 大画面バーチャルスポーツ ゴルフ	4 卓球をしよう スポーツの秋です。簡単にできるテーブル卓球を楽しみましょう。
休憩・準備					
②13:00～15:00			大ヒットNHKドラマ「あんぱん」鑑賞！ 初回放送から2週分を上映！ アンパンマン作者やなせたかしと妻暢のお話	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-SST	12:30で閉室します
①10:00～12:00	6 手話って楽しい 手話で「歌」を歌ってみる	7 ゲーム 7であがるトランプゲーム「ヤリブ」	8 書道「毛筆」 筆文字を書写します	10 スカットボウリングとスカットボール 投げる、スティックを使って的をめざす	11 コミュカ向上委員会 「言語と非言語コミュニケーション」 講座と実践で楽しく知ろう
休憩・準備					
②13:00～15:00	デザイン・アート🍷 額縁入り「大人の白黒ハロウィン」	12:30で閉室します	音であそぶ♪～いろいろな楽器体験～ 「上を向いて歩こう」を皆でセッション	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	13 祝日のためお休みです	14 音楽鑑賞 リクエスト曲を100インチ画面で鑑賞	15 モルック 12本の木製ピンを倒すフィンランドスポーツ	17 カロム おはじきとビリヤードを合わせた木製 ボードゲーム	18 身体と心をのんびりストレッチ ストレッチ、香り、音、飲み物などを通して 自立神経を整えましょう。
休憩・準備					
②13:00～15:00		12:30で閉室します	室内カラオケ(鑑賞のみ可能です) ジョイサウンドカラオケで歌唱します	川柳をたのしもう 誰でも簡単「川柳を聞く、楽しむ、よむ」	12:30で閉室します
①10:00～12:00	20 やさしい将棋 将棋の基本を分かりやすく説明します	21 ものづくり体験 どんぐりで作る「やじろべえ」	22 ポッチャ ボールを的に近づけ競います。 バラスポーツで有名	24 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	25 いろいろなカードゲームを楽しもう トランプ、ウノ、ナンジャモンジャ、フィッシャーズ ブリッツなど…
休憩・準備					
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	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	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	27 空間認知おりがみ🍷 オバケとコウモリ	28 初心者麻雀 説明をしながらゆっくり進めます。皆で楽し みましょう。	29 秋の体力診断と測定 ・楽しく前屈、握力、反復横跳びなど ・体組成計、血圧、脈拍	31 お笑い動画を楽しもう おすすめのお笑い動画を紹介して下さい	
休憩・準備					
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	ゲーム「ジャストワン」 お互いの考えを想像しながら協力。ヒミ ツの言葉をズバリ当てよう	ハロウィンパーティー🍷 ミニゲームやお菓子をゲット！ トリックオアトリート！	
ディケアプログラムの活動時間			おねがい		
午前	休憩	9:30～10:00	患者様同士の連絡先交換やディケア外での交流は控えてください。これまで多々対人関係のトラブルとなり、リハビリテー ションの妨げになる事例が発生しております。ご協力お願い致します。 ・マスク着用は任意です。マスクの配布は行っておりません。(感染状況によっては急遽マスクの着用をお願いする場合があ ります)。 ・ディケア入室時、食事前は「石鹸手洗い」「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) ・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いただきます。 ・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。		
	①プログラム活動	10:00～12:00			
休憩	休憩・昼食	12:00～13:00			
午後	②プログラム活動	13:00～15:00			
	休憩	15:00～15:20			
	お帰りの準備	15:20～15:30			
 ディケアブログ			 ←ホームページ		