

令和 6年 5月 プログラム表

曜日	月	火	水	木	金
日付			1	2	3
午前			プランニングタイム	共同クラフト	憲法記念日
午後			プログラム ティング ミー	みんなでスポーツ	
ナイト			コミュニケーション ゲーム	今週の振り返り	
日付	6	7	8	9	10
午前	振替休日	週明けミーティング の明け活 週	切り絵	個人クラフト	掲示板貼り替え
午後		認知機能ゲーム	テーマトーク	室内スポーツ	共同クラフト
ナイト		コミュニケーション ゲーム	プランニングタイム	生活スキル	今週の振り返り
日付	13	14	15	16	17
午前	週明けミーティング 週の明け活	個人クラフト	楽しい園芸	休診日	プランニングタイム
午後	共同クラフト	人とつながるワーク 自分の性格を振り返る	健康づくりプログラム		室内スポーツ
ナイト	プランニングタイム	室内スポーツ	生活スキル		今週の振り返り
日付	20	21	22	23	24
午前	週明けミーティング 週の明け活	共同クラフト	プランニングタイム	休診日	個人クラフト
午後	散歩（肥後細川庭園）	生活スキル	音楽・動画紹介		コミュニケーション ゲーム
ナイト	みんなで活動内容決め	室内スポーツ	コミュニケーション ゲーム		今週の振り返り
日付	27	28	29	30	31
午前	週明けミーティング 週の明け活	コミュニケーション ゲーム	お楽しみ料理イベント（タンドリーチキン）	休診日	室内スポーツ
午後	何でもプレゼン	共同クラフト			認知機能ゲーム

ナイト	プランニングタイム	大人の塗り絵	生活スキル	今週の振り返り
-----	-----------	--------	-------	---------

<プログラム紹介>

運動プログラム



健康づくりプログラム	健康に過ごすための食生活や睡眠について学んだり、運動プログラムを行います。
散歩	電車や徒歩で文京区周辺を散歩します。
室内スポーツ	卓球やビリヤードなど室内でできるスポーツをします。
週の明け活	脳活プリントやリラクゼーションストレッチで心身共にリフレッシュをしま

心理教育プログラム



人とつながるワーク	ミニゲームやワークを通して、人と関わるコツについて体験的に学びます。
認知機能ゲーム	ゲームを通して、集中力や記憶力など認知機能のトレーニングをします。

工作プログラム



共同クラフト	テーマを決めて、皆で協力しながら一つの作品を作ります。
個人クラフト	各自で塗り絵や模写、アイロンビーズといった工作に取り組みます。
消しゴムはんこ作り	消しゴムを彫って、お手製のはんこづくりをします。
切り絵	一枚の紙を切り抜き絵を完成させます。

お楽しみプログラム



コミュニケーションゲーム	ゲームなどを通し交流を深めます。UNOやトランプ、カタンなど用意してい
--------------	-------------------------------------

集団で話し合いプログラム



プログラムミーティング	デイケアでの過ごし方、プログラムに関する希望など、意見を出しあいます
テーマトーク	テーマを出し合い、決めたテーマに沿って皆で話し合います。
DNCリワードライフサークル	みんなで懸賞や標語などの公募に挑戦します。
何でもプレゼン	興味を持ったこと、良かったこと、おすすめなど何でも発表して共有します
週明けミーティング	週末どのように過ごしたかを振り返り、今週の過ごし方について共有します
今週の振り返り/今年の振り返り	一週間の出来事を振り返り、思ったこと感じたことを共有します。

発表プログラム



音楽・動画紹介	おすすめしたい音楽や動画を紹介しあいます。
---------	-----------------------

自習プログラム



プランニングタイム	どのように時間を過ごすか計画を立て、読書や自習などに取り組みます。
-----------	-----------------------------------

生活プログラム



生活スキル/大掃除	役割分担をし、室内を掃除します。
-----------	------------------

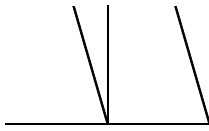
その他のプログラム

みんなで活動内容決め	その場にいるメンバー同士で時間内の過ごし方を決め、決めたことを行いま
掲示板貼り替え	クリニックの待合室にあるデイケア紹介ボードの貼り替え作業をします。

特別イベント

楽しい園芸	植え付け時期に合わせた花、野菜を決め買い出し、植え付けをします。
お楽しみ料理イベント	分量や作り方などの計画を立て、材料買い出しからすべて手作りします。

※状況によりプログラム内容を変更することがあります



ます。
す。

います。

。
。
。

す。

