

2018年 3月 月間プログラム

草津病院デイケアセンター(直通)082-277-6301

文責:村田

	月		火		水		木		金		土									
A M	<プログラムの色分け> □黒字:全グループ共通 □ピンク:導入期グループ □グリーン:地域移行グループ		<通常プログラム外の活動> 通常プログラムとは別に毎日、自主活動として下記の内容を行っています。 11:00 ラジオ体操 (場所:ホール) 11:10 ウォーキング (場所:体育館) 嚥下訓練 (場所:手工芸室) 11:30 ストレッチ (場所:男性和室) ※女性も参加可能です。開始前に拭き掃除をします。		<よろず相談> デイケア課長が対応します。 ① 利用者の個別相談 (日常の困りごと、設備、要望等) ② 家族の個別面談 (家族内での関係、担当以外での相談) ③ 病院全般に関する問い合わせ等 日時:毎週木曜日、土曜日 (1人15分) AM10:00~11:30 PM1:00~2:30 場所:北館2階デイケアセンター 多目的室		1	ざっくばらん (茶話会) 友だちをつくるには ※予定決め	2	考え方のコツ ~これからの生活~	ストレッチ	3	エンジョイ	お悩みミーティング						
							リラクゼーション	ピーナッツ 基礎続編①	パソコン教室	スポーツ (バドミントン) ※予定決め	わかば ~新人限定~	うずら交流会	ピーナッツ 応用編①	趣味活動 将棋・囲碁教室						
P M	<お知らせ> スポーツ・軽スポーツに参加の際はご自分の体育館シューズをご用意ください。また、ジャージ・靴下・着替え・タオルを持参して下さい。						笑いヨガ (新岡先生)	スポーツ (バドミントン) ※予定決め	鳴門金時	スポーツ (卓球・軽スポ)	ひろしま当事者研究楽会									
ナイト							16:00~カラオケ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ									
A M	5	導入期グループ ミーティング (図書・雑誌整理) シーツ交換	地域移行グループ ミーティング (センター内掃除) シーツ交換	6	〇〇で交流 (外出しよう)	MUSIC	7	美術の会	新聞	8	軽スポーツ	ざっくばらん (音楽鑑賞)	9	考え方のコツ ~ストレスに挑戦~	ストレッチ	10	エンジョイ	お悩みミーティング		
P M	Bアクティブ (ヘルシークッキング 食事を見直そう)	1・2・8合同 友の会	散歩	スポーツ (キックベース)	ざっくばらん (ボウリング)	楽器に挑戦	鳴門金時 (こんにやく作り①)	散歩 (トレペンネ)	ピーナッツ 基礎続編②	パソコン教室	スポーツ (バスケ・軽スポ)	わかば ~新人限定~	ピーナッツ 応用編②	依存症ミーティング						
ナイト	16:00~カラオケ		16:00~散歩		16:00~茶話会		16:00~カラオケ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ									
A M	12	茶話会	リフレッシュヨガ	散歩	13	〇〇で交流 (みんなでクッキング)	MUSIC	14	楽器に挑戦	新聞	15	リラクゼーション	ざっくばらん (輪投げ)	16	考え方のコツ ~今の私~	ストレッチ	17	エンジョイ	お悩みミーティング	
P M	Bアクティブ (運動の効果について)	1・2・8合同 友の会	散歩	スポーツ (フットサル)	ざっくばらん (ウインドウ ショッピング)	陶芸 (品評会)	生活のいろは (ウェルネス体操)	筋トレ (広島総合グラウンド)	ピーナッツ 基礎続編③	パソコン教室	スポーツ (ソフトバレー)	わかば ~新人限定~	家族のつどい	趣味活動 和紙工芸						
ナイト	16:00~カラオケ		16:00~卓球		16:00~茶話会		16:00~カラオケ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ									
A M	19	茶話会	ざっくばらん (さくらもち)	散歩	20	〇〇で交流 (和風スイーツ)	MUSIC	春分の日				22	軽スポーツ	ざっくばらん (カードゲーム)	23	考え方のコツ ~ストレスに挑戦~	ストレッチ	24	エンジョイ	お悩みミーティング
P M	全体ミーティング (シーツ交換)	Bアクティブ (タオルストレッチ)	1・2・8合同 友の会	スポーツ (バドミントン)	リラクゼーション	プレMUSIC♪	ピーナッツ 基礎続編④					パソコン教室	スポーツ (バレーボール)	わかば ~新人限定~	ピーナッツ 応用編③	趣味活動 和紙工芸				
ナイト	16:00~カラオケ		16:00~ゲーム		16:00~カラオケ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ											
A M	26	茶話会	リフレッシュヨガ	散歩	27	〇〇で交流 (カラオケ)	MUSIC	28	楽器に挑戦	新聞	29	リラクゼーション	ざっくばらん (花壇の手入れ)	30	考え方のコツ ~自分の性格を見つめ直そう~	ストレッチ	31	エンジョイ	お悩みミーティング	
P M	Bアクティブ (食事とカロリー)	1・2・8合同 友の会	散歩	スポーツ (ソフトバレー)	ざっくばらん (スロービー)	陶芸 (成形)	生活のいろは (ストレス対処)	わくわく行ってみよう会 (シニア応援センター) ※60歳以上対象※	ピーナッツ 基礎続編①	パソコン教室	スポーツ (ソフトボール) 雨天時:キックベース	わかば ~新人限定~	ピーナッツ 応用編④	趣味活動 和紙工芸						
ナイト	16:00~カラオケ		16:00~パットゴルフ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ		16:00~茶話会		16:00~カラオケ									

※3/17(土)に家族のつどいが実施されますが、ご家族の方のみの参加になります。利用者の方は参加出来ませんので、ご了承願います。