

2020年 11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	2 導入期グループ ミーティング (図書・雑誌整理) シーツ交換	3 文化の日 	4 ピーナッツ応用編① ～オリエンテーション～	5 ピーナッツ 基礎続編② ～薬について考えよう～	6 考え方のコツ ～ストレスに挑戦～	7 こころの元気+ うずら交流会	
	Bアクティブ (ヘルシークッキング or 食事を見直そう)		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	美術の会 新聞	ざっくばらん (予定決め・茶話会)	ストレッチ	お悩み ミーティング
P M	いいき健康ストレッチ (山田先生)	10 〇〇で交流 (お抹茶会)	楽器に挑戦	なでしこくらぶ (茶話会)	スポーツ (ソフトバレー) ※予定立て	スポーツ (バドミントン)	
	1・2・8合同 友の会		果実の会 (干し柿作り) 散歩 (サンプラザ公園)	リラクゼーション	笑いヨガ (新岡先生) パソコン教室	わかば 鳴門金時	趣味活動 和紙工芸・ 囲碁・将棋教室
ナイト		16:00～リラクゼーション		16:00～卓球		16:00～音楽鑑賞	
A M	9 導入期グループ ミーティング (茶話会)	10 〇〇で交流 (お抹茶会)	11 ピーナッツ応用編② ～問題解決1～	12 ピーナッツ 基礎続編③ ～ストレスと ストレスサイン～	13 考え方のコツ ～これからの生活～	14 こころの元気+ うずら交流会	
	Bアクティブ (ヘルシークッキング or 食事を見直そう)		いきいき健康 ストレッチ (山田先生) 散歩 (サンプラザ公園)	楽器に挑戦 新聞	ざっくばらん (花壇の手入れ) なでしこくらぶ (作品作り)	ストレッチ	お悩み ミーティング
P M	1・2・8合同 友の会	スポーツ (フットサル)	陶芸 (品評会)	秋の味覚交流会	スポーツ (バスケ・軽スポ)	スポーツ (卓球)	
	ざっくばらん (スロービー) 当事者活動応援P	生活のいろは (茶話会) 散歩 (サンプラザ公園)	軽スポーツ 笑いヨガ(新岡先生) パソコン教室	趣味活動 和紙工芸・囲碁・将棋教室 秋のスポーツ交流会 (グランドゴルフ)			
ナイト		16:00～パットゴルフ		16:00～ゲーム		16:00～音楽鑑賞	
A M	16 導入期グループ ミーティング (茶話会)	17 〇〇で交流 (プラ板作り)	18 ピーナッツ応用編③ ～問題解決2～	19 ピーナッツ 基礎続編④ ～問題解決～	20 考え方のコツ ～ストレスに挑戦～	21 こころの元気+ うずら交流会	
	散歩 (サンプラザ公園)		MUSIC	新聞 エンジョイ	ざっくばらん (秋の散策) 秋のスポーツ交流会 (フットサル)	ストレッチ	お悩み ミーティング
P M	5 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)	スポーツ (バレーボール) 当事者活動応援P	楽器に挑戦	リラクゼーション	スポーツ (バドミントン)	スポーツ (ソフトボール) 雨天時:ソフトバレー	
	1・2・8合同 友の会	生活のいろは (インフルエンザ予防) 散歩 (サンプラザ公園)	笑いヨガ (新岡先生) パソコン教室	趣味活動 和紙工芸・ 囲碁・将棋教室			
ナイト		16:00～散歩		16:00～卓球		16:00～音楽鑑賞	
A M	23 勤労感謝の日 	24 〇〇で交流 (ピザトースト作り)	25 ピーナッツ応用編④ ～ストレスについて1～	26 ピーナッツ 基礎続編① ～再発予防～	27 考え方のコツ ～自分の性格を 見つめ直そう～	28 こころの元気+ うずら交流会	
			MUSIC	新聞	ざっくばらん (音楽鑑賞) 秋のスポーツ交流会 (グランドゴルフ)	ストレッチ	お悩み ミーティング
P M	スポーツ (ソフトボール) 雨天時:ソフトバレー	ざっくばらん (ホットケーキ作り) 当事者活動応援P	陶芸 (成形①)	軽スポーツ	スポーツ (キックベース)	スポーツ (ソフトボール) 雨天時:バドミントン	
	生活のいろは (リフレッシュヨガ) 散歩 (サンプラザ公園)	笑いヨガ (小谷先生) パソコン教室	趣味活動 和紙工芸・ 囲碁・将棋教室				
ナイト		16:00～卓球		16:00～卓上ゲーム		16:00～音楽鑑賞	
A M	30 導入期グループ ミーティング (茶話会)	いきいき健康 ストレッチ (山田先生) 散歩 (サンプラザ公園)	【担当プログラムについて】 導入期・地域移行グループに 所属している利用者さんは、 毎月2回程度を目標に、 各担当毎に内容を企画してい ます。 各担当スタッフにご確認ください。 (例:秋山会、岡崎会等)		＜生活・仕事の相談日＞ 日時:毎週水曜日 ①10:50～11:30 ②14:00～14:40 精神保健福祉士が、生活の事・障 害年金などの制度、福祉サービ スに関する相談、就労に関する相談 を行います。 ※予約制となります。 (当日予約可)		＜なでしこくらぶ＞ 月2回の木曜日に女性のみが参加 できるプログラムを開始します。 女性ならではの話や悩みを打ち明 ける場として行いたいと思います。 場所:北館1階OT室 時間:9:40～11:00 
			1・2・8合同 友の会	＜よろず相談＞ 下記の日程でデイケア課長が対応されま 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 AM10:00～11:30 PM1:00～2:30 (15分/人) 場所:北館2階デイケアセンター 多目的室	＜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 ＜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。		
P M	Bアクティブ (リラクゼーション)	地域活動					
			16:00～リラクゼーション		16:00～茶話会		