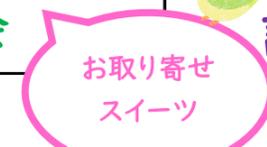


# 3月予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日時	2	3	4	5	6	7
AM	麻雀教室	交流	室内運動 (講師によるストレッチ)	就労準備 (アピールポイント)	学習会 (自己効力感)	PC教室
PM	運動 認知リハ	ワークショップ(絵画等) 運動	椿餅 社会認知	外出:梅小路公園	栄養講義 認知リハ	ゲーム大会
日時	9	10	11	12	13	14
AM	麻雀教室	料理教室	室内運動 (講師によるストレッチ)	就労準備 (履歴書の作り方)	学習会 (傷つかないコツ)	PC教室
PM	体育館(バウンドテニス) 認知リハ	カラオケ	日本文化倶楽部 社会認知	球技大会	体育館(バスケ) 認知リハ	なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	16	17	18	19	20	21
AM	麻雀教室	交流	室内運動 (講師によるストレッチ)	就労準備 (面接練習)	春分の日	PC教室
PM	運動 認知リハ	体育館(ソフトバレー)	日本文化倶楽部 社会認知	お菓子作り		シネマクラブ
日時	23	24	25	26	27	28
AM	麻雀教室	交流	室内運動 (講師によるストレッチ)	就労準備 (後期振り返り・今後について)	学習会 (学習性無気力)	PC教室
PM	体育館(バドミントン) 認知リハ	ワークショップ(編物等) 運動	日本文化倶楽部 社会認知	テーブルゲーム 大会	お花見 認知リハ	なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	30	31	*予定は変更となる場合があります *事前に申し込みが必要なプログラムもございます。 (外出、料理教室など) 事前にお問い合わせください。			
AM	麻雀教室	調理、皆で食べる				
PM	運動 認知リハ	全体ミーティング	自立支援医療受給者証、精神障害者保健福祉手帳の有効期限が近い方は、更新手続きをお願いします。(3ヶ月前から手続き可能です)			



# 4月予定表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日時			1	2	3	4
AM			<b>室内運動</b> (講師によるストレッチ)	<b>就労準備</b> ( )	<b>学習会</b> (ストレスとは?)	<b>PC教室</b>
PM			 <b>花見団子</b> <b>社会認知</b>	<b>さくらまつり</b> <b>inペルセ</b>	<b>テニスクラブ</b> <b>認知リハ</b>	<b>ゲーム大会</b>
日時	6	7	8	9	10	11
AM	<b>料理教室</b>  <b>麻雀教室</b>	<b>交流</b>	<b>室内運動</b> (講師によるストレッチ)	<b>就労準備</b> ( )	<b>学習会</b> (ストレス対処法)	<b>PC教室</b>
PM	<b>体育館(バドミントン)</b> <b>認知リハ</b>	<b>ワークショップ(絵画等)</b> <b>運動</b>	<b>日本文化倶楽部</b> <b>社会認知</b>	 <b>お花見</b>	<b>健康</b> <b>認知リハ</b>	<small>なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。</small>
日時	13	14	15	16	17	18
AM	<b>麻雀教室</b>	<b>交流</b>	<b>室内運動</b> (講師によるストレッチ)	<b>就労準備</b> ( )	<b>学習会</b> (ストレスと考え方)	<b>PC教室</b>
PM	<b>運動</b> <b>認知リハ</b>	<b>ヘア・メイク&amp;パック</b> <b>運動</b>	<b>日本文化倶楽部</b> <b>社会認知</b>	<b>お菓子作り</b> 	<b>体育館(バウンドテニス)</b> <b>認知リハ</b>	<b>シネマクラブ</b>
日時	20	21	22	23	24	25
AM	<b>麻雀教室</b>  <b>交流</b>	<b>交流</b>	<b>室内運動</b> (講師によるストレッチ)	<b>就労準備</b> ( )	<b>学習会</b> (ストレスとスキーマ)	<b>PC教室</b>  <b>SDGs</b>
PM	<b>体育館(ソフトバレー)</b> <b>認知リハ</b>	<b>ワークショップ(編物等)</b> <b>運動</b>	<b>日本文化倶楽部</b> <b>社会認知</b>	<b>バドミントン大会</b>	<b>栄養講義</b> <b>認知リハ</b>	<small>なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。</small>
日時	27	28	29	30	*予定は変更となる場合があります *事前に申し込みが必要なプログラムもございます。 (外出、料理教室など) 事前にお問い合わせください。 	
AM	<b>麻雀教室</b> <b>体育館(バスケ)</b>	<b>調理、皆で食べる</b> 	<b>昭和の日</b>	<b>就労準備</b> ( )		
PM	<b>認知リハ</b>	<b>全体ミーティング</b>		<b>外出:</b>		

自立支援医療受給者証、精神障害者保健福祉手帳の有効期限が近い方は、更新手続きをお願いします。(3ヶ月前から手続き可能です)

# 桜花会クリニック デイケア 週間プログラム表 (2023.12～)

赤：就労支援    青：心理社会的治療    緑：交流プログラム    黒：運動プログラム

朝のミーティング 10：00～	月	火	水	木	金	土
AM 10：30～12：00	自主活動 とまり木 面談	交流グループ PC 教室	室内運動 自主活動	就労準備	学習会	PC 教室 ビギナー
PM 13：30～15：00	認知リハ 運動	運動 全体ミーティング (月1回)	社会認知 日本文化倶楽部	企画プログラム	認知リハ 健康	茶話会

- ・月曜日：とまり木
  - 認知リハ(NEAR)    ..テーマに沿った活動や交流を通して、ゆるやかに人との時間を共有します。
  - 運動    ..認知機能(記憶・注意・問題解決)を改善する手法で、日常生活に繋がるグループワークを行います。
- ・火曜日：交流グループ
  - PC 教室    ..言葉のグループと、ゲーム等を用いたグループに分かれて交流します。
  - ..基礎や、自主トレをメインとした PC 教室です。
- ・水曜日：室内運動
  - 社会認知    ..講師指導の下、ストレッチや筋トレを行います。
  - 日本文化倶楽部    ..心の理論や原因帰属など、対人交流に必要な考え方を取り扱う集団精神療法を用いて、日常生活に生かします。
- ・木曜日：就労準備
  - 企画プログラム    ..茶道や書道、四季に関するグループワークを行います。
  - ..就労に関する情報交換や、仕事に必要な就労マナーや身だしなみ、コミュニケーションなどをグループワークします。
- ・金曜日：学習会
  - ..創作、健康、交流、外出など、週代わりでグループ活動を行います。
  - 認知リハ(NEAR)    ..ストレスマネジメント、怒りのコントロールなど、心理社会面の様々なテーマについて学びます。
  - 健康    ..認知機能(記憶・注意・問題解決)を改善する手法で、日常生活に繋がるグループワークを行います。
  - ..健康に関する情報を用いて、実際に体験し、健康的に生活することを目指す活動です。
- ・土曜日：PC 教室
  - ..講師指導のもと、個別の目的に応じて学べるパソコン教室です。
  - ..自主活動です。場所は共有しながらそれぞれのペースで興味のある活動を行えます。
  - ..お茶を飲みながら(1週間の出来事など)ゆったりと交流します。

※最終火曜に全体ミーティングを行います。月曜以外も適宜、自主活動が行えます。体育館が取れ次第、バドミントン、ソフトバレー等を行います。