



# 12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	体育館 (ソフトバレー)	読書クラブ	色々な働き方について (職種・業種 etc)		お菓子作り
PM				外出	防災訓練	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	9	10	11	12	13	14
AM	麻雀教室		お弁当	ハローワーク体験		
PM	体育館 (バウンドテニス)	おしゃべり向上委員会		お菓子作り	健康 ストレッチ	
日時	16	17	18	19	20	21
AM	麻雀教室		読書クラブ	Xmas Party		
PM	体育館 (バドミントン)	テニスクラブ			体育館 (ソフトバレー)	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	23	24	25	26	27	28
AM	麻雀教室			振り返り		掃除
PM		体育館 (バスケットボール)		・シネマクラブ	栄養講義	全体ミーティング 忘年会
日時	30	31				
AM	年末年始お休み					年始
PM	1/3(金)まで					1/4【土】 から



\* 予定は変更となる場合があります  
\* お弁当の注文と締切は、別紙をご参照ください

\* 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)



# 1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			正月休み	正月休み	正月休み	正月遊び
PM						ぜんざい
日時	6	7	8	9	10	11
AM	麻雀教室&とまり木		読書クラブ			
PM		初詣	七草粥	新春マラソンorウォーキング	体育館 (ソフトバレー)	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	13	14	15	16	17	18
AM	成人の日	体育館 (バウンドテニス)				
PM				お菓子作り 	体育館 (バドミントン)	
日時	20	21	22	23	24	25
AM	麻雀教室&とまり木	料理教室 	読書クラブ			
PM		おしゃべり向上委員会		新年会	体育館 (ソフトバレー)	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	27	28	29	30	31	
AM	麻雀教室&とまり木 体育館 (バスケットボール)					 2025年 巳
PM		全体ミーティング		・シネマクラブ	体育館 (ソフトバレー)	

お菓子作り

ふれあい  
作品展  
見学



\* 予定は変更となる場合があります  
 \* お弁当の注文と締切は、別紙をご参照ください

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

- ・**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。  
 ..近隣のウォーキング、スポーツなど、心身のトレーニングを行います。
- ・**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。  
 ..茶道や書道、四季に関するグループワークを行います。
- ・**木曜日**:就労準備  
 :企画プログラム    ..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。  
 ..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。
- ・**金曜日**:学習会  
 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  
 ビギナー    ..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。  
 茶話会    ..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。