

2018年11月 デイケアプログラム

	月	火	水	金	土
①午後1:00~3:00				2 手芸「ソーイング」 「野菜の刺繍入りふきん」を作ります	3 祝日のためお休みです
②午後3:30~5:30				室内カラオケ デイケア内でカラオケをします。鑑賞のみ可	
①午後1:00~3:00	5 デザイン・アート かんたん削るだけのアート「スクラッチアート」	6 ①9:30~11:30 ②12:30~2:30③3:00~5:00 ①女性プログラム『プラバンアート』	7 音楽鑑賞 みんなのリクエスト曲を聴こう♪	9 ゲーム カードゲーム、ブロックス、麻雀など	10 飲茶倶楽部 「豚まん」を作ります
②午後3:30~5:30	麻雀・囲碁・将棋 初心者の方にも丁寧の説明します	②ビギナープログラム『Wiiゲーム』 ③SSTプログラム『対人スキルを学ぼう』	発達障がいの方対象のSST 特性を生かした対人スキルの向上を図る	集団認知行動療法 物事の捉え方を学びストレスを軽減します	
①午後1:00~3:00	12 ポッチャ チーム対抗でポッチャに挑戦！	13 ①9:30~11:30 ②12:30~2:30③3:00~5:00 ①女性プログラム『軽スポーツ』	14 書道(硬筆) 鉛筆文字を美しく描く練習 & 漢字クイズ	16 手芸「クリスマスオーナメント」 クリスマスの素敵な飾りを作る	17 心理学実験室 臨床心理士による心理学体験
②午後3:30~5:30	アンガーマネジメント 「怒り」のコントロール術を知る	②ビギナープログラム『創作活動』 ③SSTプログラム『対人スキルを学ぼう』	パン作り 「きのこチーズパン」を作ります	バドミントン 城東スポーツセンターに行きます	
①午後1:00~3:00	19 音楽セラピー 音楽療法士による音楽療法です	20 ①9:30~11:30 ②12:30~2:30③3:00~5:00 ①女性プログラム『ハーバリウム作り』	21 カラオケ 「カラオケファンファーレ蒲生店」に行きます	23 祝日のためお休みです	24 みんなで談話会 メンバーさんとスタッフで談話を楽しもう
②午後3:30~5:30	脳トレ&クイズ クイズ、ナンプレ、間違い探し等	②ビギナープログラム『ゲーム』 ③SSTプログラム『対人スキルを学ぼう』	発達障がいの方対象のSST 特性を生かした対人スキルの向上を図る		
①午後1:00~3:00	26 ゲーム カードゲーム、ブロックス、麻雀など	27 ①9:30~11:30 ②12:30~2:30③3:00~5:00 ①女性プログラム『ゲームをしよう』	28 Wiiゲーム 『パズルゲーム』に挑戦！	30 ボウリング大会 スポーツ今福に行きます	
②午後3:30~5:30	アンガーマネジメント 「怒り」のコントロール術を知る	②ビギナープログラム『音楽鑑賞』 ③SSTプログラム『対人スキルを学ぼう』	ダーツ 公式ダーツで本格的に練習します	ボウリング大会表彰式&サロン ボウリング大会の表彰とデイケアフリー利用	

デイケアプログラムの活動時間		
午前(月、水、金、土)	9:00~10:30	サロン
	10:30~12:00	食事づくり
午後(月、水、金) ※土曜日は活動①のみ	12:00~1:00	昼休憩
	1:00~3:00	活動①
	3:00~3:30	サロン
	3:30~5:30	活動②
	5:30~6:00	サロン

デイケアプログラムの詳細	
7.21(水)	【発達障がいの方対象のSST】発達障がいの特性からくる様々な生き辛さに対して対処法を考えましょう。
9(金)	【集団認知行動療法】「うけ取り方」や「ものの見方のクセ」を知り、こころのストレスを軽くしていく方法を臨床心理士とともに学び体験します。
12.26(月)	【アンガーマネジメント】怒りのコントロールスキルを身につけ怒りの感情と上手につき合う方法を学びます。
16(金)	【バドミントン】城東スポーツセンターに行きます。デイケア12:30出発。室内用シューズを必ずご持参ください。
17(土)	【心理学実験室】暮らしで活かせる心理学を紹介。楽しく体験しながら心理学を身近に感じられます。
24(土)	【みんなで談話会】みんなでお茶とお菓子を食べながら談話を楽しみましょう♪
30(金)	【ボウリング大会&表彰式とサロン】スポーツ今福店に行きます。乗車証をお持ちの方はご持参ください。デイケア12:40出発です。ボウリング大会の後はデイケアで結果発表と表彰式を行います。その後はフリーでデイケアを利用頂けます。

【ホームページ】 <http://www.tsutsumi-clinic.com> 「つつみクリニック」で検索！

「つつみクリニックホームページ」→「デイケア」→「今月のデイケアプログラム」でも月間表が確認できます

