



活動時間	月	火	水	木	金
	スポーツ&病気の自己管理	就労リハ&セルフサポートグループ	スポーツ&対人スキルUP	就労リハ&リフレッシュ	楽しみ&社会体験
午前 10:00~	風の自主活動 12:45~13:15です。 ※印のあるプログラムは、事前申し込みが必要です。ロビーのホワイトボードをご確認ください。	美沢デイケアセンター 089-925-3594 (平日8:30~17:00) 見学・体験は随時募集していますが、まずは主治医にご相談ください。		1 洋裁教室 (岡宮さん)   就労グループ「活動企画実施」	2 まいすてっぷプラス (話そう)   クラフト ＜デイケア体験グループ＞
11:10~				健康チェック	健康チェック
午後 13:30~				フラワーアレンジメント	絵の教室 (松若さん)
14:45~				ちょこっとDIY (モビールづくり)	リスタガーデン
午前 10:00~	5 スポーツ「ゴルフ」   リラクゼーション	6 パソコン教室 (森畑さん) ※	7 スポーツ「バレーボール」   料理「レアチーズケーキ」	8 陶芸教室 (宮内さん)	9 お菓子作り「桜餅」   クラフト ＜デイケア体験グループ＞
11:10~	健康チェック	健康チェック	健康チェック	ココロに元気プラス(食べ物編)	文集作り(自主)
午後 13:30~	コミュニケーションを遊んでみよう (高山さん)	メイク教室 (山内さん)	SST (福岡心理士)	デイケアミーティング (プログラム話し合い・安心ミーティング)	コミセン散策
14:45~	14:30~ 認知行動療法 (学習編)	同じ悩みを話そう「個人情報をうまく言わなくて済むには」	私の2週間を話そう	ちょこっとDIY(モビールづくり)	リスタガーデン
午前 10:00~	12 スポーツ「卓球・バドミントン」   リラクゼーション	13 パソコン教室 (森畑さん) ※   忘年会のDVD観賞(自主)	14 ボランティアセンターまでウォーキング♪   クラフト	15 防災について・消火器の使い方 (中央消防署・消防士)	16 体験発表   レクリエーション ＜デイケア体験グループ＞
11:10~	個別活動	文集作り(自主)	個別活動	文集づくり(自主)	個別活動
午後 13:30~	14:00~ 薬の話 (松本薬剤師)	働いてみよう会「座談会」	親の立場からの体験発表 (朝美会会員) <家族茶話会合同>	就労グループ次期登録の説明会	ヨガ教室 (廣江さん)
14:45~	リスタガーデン	同じ悩みを話そう「便秘について」	話してみよう会	ちょこっとDIY(モビールづくり)	リスタガーデン
午前 10:00~	19 カラオケ(多目的室)   リラクゼーション	20 アート教室「デコスイーツ」 (梶野さん) ※×切 3月16日AM	21 	22 お昼ご飯を作ろう「ホイコーロー定食」 ※×切3月19日	23 ペタンク   クラフト ＜デイケア体験グループ＞
11:10~	文集作り(自主)	個別活動		ココロに元気プラス(からだ編)	個別活動
午後 13:30~	認知行動療法 (実践編)	働いてみよう会「就労SST」		まいすてっぷプラス(学ぼう①)	私の2週間を話そう
14:45~	リスタガーデン	同じ悩みを話そう「自分を傷つけてしまう」		ちょこっとDIY(モビールづくり)	リスタガーデン
午前 10:00~	26 スポーツ「バレーボール」   リラクゼーション	27 パソコン教室 (森畑さん) ※   外出しよう♪	28 スポーツ「卓球・バドミントン」   外出しよう♪	29 洋裁教室 (岡宮さん)	30 音楽ちゃんぶる〜   レクリエーション ＜デイケア体験グループ＞
11:10~	個別活動	個別活動	個別活動	ココロに元気プラス(香り編)	個別活動
午後 13:30~	書道教室 (澤田さん)	働いてみよう会「座談会」	デイケアライブ ゲスト：リリックさん	栄養指導 (高橋管理栄養士)	城山公園までウォーキング♪
14:45~	リスタガーデン	同じ悩みを話そう「不安・焦燥感について」	話してみよう会	ちょこっとDIY(モビールづくり)	リスタガーデン