



# R5年 6月 デイケア りふれプログラム予定表



	日	月	火	水	木	金	土
					1	2	3
AM	※プログラムは変更になることがあります ※❄印のあるプログラムは全員参加です ※ジョブミーティング:対象は現在就労中の方 ※6/5(月)午後は卓球大会です!					ミーティング	スポーツ
PM						❄セルフケア	りふれチャレンジ
	4	5	6	7	8	9	10 冷蔵庫清掃日
AM		ハンドクラフト	❄さいころトーク	スポーツ かれん		ミーティング	スポーツ
PM		卓球大会	チャレンジ	華道		セルフケア	りふれチャレンジ
	11	12	13	14	15	16	17
AM		ハンドクラフト	ミーティング	❄スポーツ ❄さいころトーク		ミーティング	スポーツ
PM		スポーツ	チャレンジ	りふれDEアート		セルフケア	❄断酒会体験談 ジョブミーティング
	18	19	20	21	22	23	24
AM		❄ハンドクラフト ❄ふなきたウォーク	ミーティング	スポーツ かれん		ミーティング	スポーツ
PM		スポーツ	チャレンジ	フラワーアレンジメント		コミュニケーション	フリートーク
	25	26	27	28	29	30	
AM		ハンドクラフト	男性ミーティング 女性ミーティング	スポーツ		❄全体会 ❄ワールドカフェ	
PM		スポーツ	チャレンジ	リラクゼーション		セルフケア	
		【チャレンジ】		【りふれチャレンジ】		【セルフケア】	
		6日 ⑦依存症の治療薬について		3日 ③飲酒欲求への対処と思考ストップ法		2日 ❄Drの講義	
		13日 ⑧回復のために～信頼・正直さ・仲間～		10日 ④アルコールのある生活からの回復過程		9日 アンガーマネジメント①	
		20日 ⑨再発のサインを知ろう ①行動と感情				16日 アンガーマネジメント②	
		27日 ⑩再発のサインを知ろう ②考え方のクセ				30日 振り返り	



クラブ活動 かれん～花と野菜 活動日:第1・3 水曜日の午前  
じゃがいも、ほうれん草、枝豆、いんげんなどを育てています♪



クラブ活動 マージャン同友会すばる  
活動日はメンバーが揃えばいつでも。  
14:30～15:40ミーティングルームで行います。

