



# R6年 4月 デイケア リふれプログラム予定表



|    | 日   | 月   | 火                           | 水  | 木          | 金  | 土                       |
|----|---|---|-----------------------------|--|------------|--|-------------------------|
|    |   | 1   | 2                           | 3  | 4          | 5  | 6                       |
| AM | /   | ハンドクラフト   | ❀さいころトーク                    | スポーツ<br>かれん  | /          | ミーティング   | スポーツ                    |
| PM |   | スポーツ  | チャレンジ                       | 華道   |            | セルフケア  | ミーティング                  |
|    | 7   | 8   | 9                           | 10   | 11         | 12   | 13 冷蔵庫清掃                |
| AM | /   | ハンドクラフト   | ミーティング                      | スポーツ   | /          | ミーティング   | スポーツ                    |
| PM |   | スポーツ  | チャレンジ                       | リラクゼーション   |            | ❀セルフケア   | リふれチャレンジ                |
|    | 14  | 15  | 16                          | 17   | 18         | 19   | 20                      |
| AM | /   | ❀ワールドカフェ  | ミーティング                      | スポーツ<br>かれん  | /          | ミーティング   | スポーツ                    |
| PM |   | スポーツ<br>(グラウンド)   | チャレンジ                       | フラワーアレンジメント  |            | セルフケア  | AAとわかちあい<br>(ジョブミーティング) |
|    | 21  | 22  | 23                          | 24   | 25         | 26   | 27                      |
| AM | /   | ハンドクラフト   | 男性ミーティング<br>女性ミーティング        | ❀スポーツ<br>❀さいころトーク  | /          | ミーティング   | スポーツ                    |
| PM |   | ふなきたウオーク  | 映画鑑賞                        | リふれDEアート   |            | セルフケア  | フリートーク                  |
|    | 28  | 29  | 30                          |  |            |  |                         |
| AM | /   |   | ❀全体会                        |  |            | ※プログラムは変更になることがあります<br>※❀印のあるプログラムは全員参加です<br>※ジョブミーティング:対象は現在就労中の方 |                         |
| PM |   |   | チャレンジ                       |  |            |  |                         |
|    | 31  | 【チャレンジ】   |                             |  | 【リふれチャレンジ】 |  | 【セルフケア】                 |
|    | /   | ★ふなきたウオーク<br>★一言DIARY<br>参加でスタンプをゲット!!<br>全部集めるといいことがあるよ♪ | 2日 ⑩再発のサインを知ろう ②考え方のクセ      | 13日 ⑦依存症の治療薬について   |            | 5日 自分の気持ち<br>考え方を上手に伝える  |                         |
|    |   |   | 9日 ⑪強くなるより賢くなろう             | クラブ活動 マージャン同友会すばる<br>活動日はメンバーが揃えばいつでも。<br>14:30~15:40<br>ミーティングルームで行います。 |            | 12日 栄養士の会  |                         |
|    |   |   | 16日 ⑫自助グループを知る(仲間の話)&振り返り   |  |            | 19日 問題を解決しよう   |                         |
|    |   |   | 30日 チャレンジ新クール ①お酒の飲み方を振り返ろう |  |            | 26日 ヨガ   |                         |
|    | クラブ活動 かれん~花と野菜 活動日:第1・3水曜日の午前<br>二十日大根やチューリップなどを育てています♪ |   |                             |  |            |  |                         |