

R6年 9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	7	
AM	/	ハンドクラフト	 さいころトーク	スポーツ	/	ミーティング	スポーツ 女性ミーティング	
PM		スポーツ	チャレンジ	華道 かれん(15時から)		 セルフケア クラブ活動(体育館)15時~	ミーティング	
	8	9	10	11	12	13	14	
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	りふれチャレンジ	
	15	16	17	18	19	20	21	
AM	/	 敬老の日	ミーティング	スポーツ	/	ミーティング	スポーツ	
PM			チャレンジ 	フラワーアレンジメント かれん(15時から)		セルフケア	 断酒会体験談	
	22	23	24	25	26	27	28	
AM	 秋分の日 水水	振替休日	 ワールドカフェ	スポーツ	/	 全体会	スポーツ	
PM			チャレンジ	りふれDEアート		セルフケア	フリートーク	
	29	30	※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。 ※「ふなきたウォーク」は7月~9月中止になります。			 		
AM	/	ハンドクラフト	【チャレンジ】			【りふれチャレンジ】		【セルフケア】
PM		スポーツ	3日 ⑥生活のスケジュールを立てよう 10日 ⑦依存症の治療薬について 17日 ⑧回復のために~信頼・正直さ・仲間~ 24日 ⑨再発のサインを知ろう①行動と感情			14日 ①お酒の飲み方を振り返ろう		6日 栄養士の会 13日 問題を解決しよう 20日 楽しみを見つける 27日 ヨガ
		★ふなきたウォーク  ★一言DIARY 参加でスタンプをゲット!! 全部集めるといいことがあるよ♪				クラブ活動 かれん~花と野菜 活動日:第1.3水曜日 夏野菜を育てています。 15時からに変更になっています。 メンバー募集中♪		
 引き続き熱中症に注意!! 								
暑さを避け、こまめに水分補給をしましょう。室内では暑さを我慢せずエアコンを使いましょう。								