

# プログラム説明

プログラムは次のような目的・ねらいを元に様々な形で用意しています。  
※どのような予定で組まれているのかは『プログラム予定表』をご覧ください。

## 学ぶ



病気に関することや生活する上での知識や工夫などを学び、生活を豊かにしていくことができます。

## 創る



創作活動を通して物を創る、作品を作る楽しみを得たり、上達の実感を得たり達成感を味わえます。作業を通して集中力など自分自身の様々な気づきもあります。

## 触れる



文化芸術に触れ、より豊かな生活を目指していきます。自分の好みや特徴など新しい発見があるかも。

## 身体を動かす



身体を動かし心身の健康の維持・向上を目指します。単純に楽しむこともできます。

## 交流する



メンバー同士の交流を持ち、楽しみや共感を得たり、様々な意見や考えの幅を持つことに役立ちます。

## その他



季節ごとの行事やボランティア活動など

## ちょいフロ

午後のプログラムの後、30分程度のミニプログラムを行っています。音楽鑑賞やトーク、お茶会、ラジオ体操、ハンドベル、リラクゼーションなど1週間ごとに予定を組んでいます。