

2025



ショートケアプログラム予定表

午前:9:00~12:00

午後:13:30~16:30

	月	火	水	木	金
			1	2	3
午前			ハロウィン かぼちゃ飾り	水引	折り紙
午後				心理教育③ 「生活リズム」	ヨーガ 13:45~15:15 (プログラムは16:30まで)
	6	7	8	9	10
午前	クラフトバンド	コミュニケーション講座③ 「苦手な人への対応」	ペン習字	アロマ教室 ルームスプレー作り	読書
午後	脳トレ			心理教育④ 「アサーション」	
	13	14	15	16	17
午前	スポーツの日		脳トレ	ヨーガ 10:00~11:30 (プログラムは12:00まで)	曼荼羅アート
午後		折り紙		心理教育① 「ストレス」	
	20	21	22	23	24
午前	パズル	コミュニケーション講座④ 「気づかい」	パズル	運動 (ポッチャ)	脳トレ
午後	アロマ教室 蜜蝋の ハンドクリーム作り	塗り絵		心理教育② 「リラックス法」	読書
	27	28	29	30	31
午前		コミュニケーション講座① 「パートナーへの対応」	パズル	塗り絵	クラフトバンド
午後		曼荼羅アート		心理教育③ 「生活リズム」	ペーパークラフト

