

2026

## ショートケアプログラム予定表



午前: 9:00～12:00

午後: 13:00～16:00

午後からの時間が変更になっているので  
注意してください。

午後の参加者はショートケア室横の  
デッキから入室をお願いします。  
12時55分以降入室可能です。

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前	ハンドクラフト	コミュニケーション講座② 「怒っている人への対応」	脳トレ	創作活動	個人活動
午後	創作活動	個人活動		心理教育③ 「生活リズム」	ヨガ 13:45～15:15 (プログラムは 13:00～16:00)
	9	10	11	12	13
午前	脳トレ	コミュニケーション講座③ 「苦手な人への対応」	建国記念の日	アロマ教室 「感染症予防ジェル or 肩こり緩和ジェル作り」	個人活動
午後	バレンタイン クッキング 2/2までに申し込み	ハンドクラフト		心理教育④ 「アサーション」	脳トレ
	16	17	18	19	20
午前	創作活動	コミュニケーション講座④ 「気づかい」	個人活動	ヨガ 10:00～11:30 (プログラムは 9:00～12:00)	ハンドクラフト
午後	アロマ教室 「ワックスサシェ作り」	脳トレ			創作活動
	23	24	25	26	27
午前	天皇誕生日	コミュニケーション講座① 「パートナーへの対応」		運動	脳トレ
午後		脳トレ		心理教育① 「ストレス」	創作活動

ハンドクラフト: 水引、クラフトバンド

脳トレ: パズル、ナンプレ、イラストロジック

創作活動: 塗り絵、折り紙、曼荼羅アート、ペーパークラフト、ペン習字

個人活動: 読書

## 【ショートケア申込、キャンセルの電話対応時間について】

診療所の電話が繋がる時間は午前 8:45～12:00(月～金)

午後 13:45～17:00(月、火、木、金)です。

上記時間内にご連絡をお願いします。