

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
	1	2	3	4	5
午前	ハンドクラフト	脳トレ	創作活動	個人活動	ハンドクラフト
午後	創作活動	個人活動		心理教育④ 「アサーション」	ヨガ
	8	9	10	11	12
午前	脳トレ		創作活動	アロマ教室 「ジェルキャンドル作り」	個人活動
午後	個人活動			心理教育① 「生活リズム」	脳トレ
	15	16	17	18	19
午前	創作活動	コミュニケーション講座① 「パートナーへの対応」	個人活動	ヨガ	
午後	ハンドクラフト	脳トレ		心理教育② 「ストレス」	
	22	23	24	25	26
午前	個人活動	コミュニケーション講座② 「怒っている人への対応」	ハンドクラフト	運動 「卓球」	脳トレ
午後	アロマ教室 「ルームスプレー」	創作活動		心理教育③ 「リラックス法」	個人活動
	29	30			
午前	ハンドクラフト	コミュニケーション講座③ 「苦手な人への対応」			
午後	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、ナンズレ、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。