

2026

ショートケア・デイ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。

		火	水	木	金
		1	2	3	4
午前		心理教育② 「ストレス」	脳トレ	創作活動	個人活動
午後		運動 In 市民体育館 フットサル In 市民体育館		コミュニケーション講座② 「怒っている人への対応」 15時~ フットサル	創作活動
	7	8	9	10	11
午前	脳トレ	心理教育③ 「リラックス法」	創作活動	アロマ教室 「練り香水」	個人活動
午後	個人活動	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」 15時~ フットサル	脳トレ
	家でできるかんたん ストレッチ	15時~ フットサル		15時~ フットサル	家でできるかんたん ストレッチ
	14	15	16	17	18
午前	お月見だんご作り 申込 9/7 締め切り	心理教育④ 「アサーション」	個人活動	ヨーガ	ハンドクラフト
午後	ハンドクラフト	運動 In 市民体育館 フットサル In 市民体育館		コミュニケーション講座④ 「気づかい」 15時~ フットサル	創作活動
	家でできるかんたん ストレッチ	15時~ フットサル		15時~ フットサル	家でできるかんたん ストレッチ
	21	22	23	24	25
午前	敬老の日			ハンドクラフト	脳トレ
午後	敬老の日	国民の休日	秋分の日	コミュニケーション講座① 「パートナーへの対応」 15時~ フットサル	ヨーガ
	28	29	30		
午前	ハンドクラフト	心理教育① 「生活リズム」	脳トレ		
午後	アロマ教室 「化粧水」				
		15時~ フットサル			

ハンドクラフト:水引、クラフトバンド、編み物

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、パソコン作業

【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。