

# 2022年2月 デイケアカレンダー

- ★参加当日はデイケア入口で検温を受けてください。
- ★参加中、マスクの着用は必須です。
- ★カレンダーに記載されている【】の内容はプログラム実施場所です。
- ★アロマタイム①、② 「手浴」「足浴」「温湿布」「フェイシャルスチーム」の回は、フェイスタオル（首にかけられる長さのもの）を1枚持ってきてください。

	火 1		水 2		木 3			金 4		土 5				
午前	ハーフタイム 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	WRAP基礎編 【多目的】	/	若竹 PCプログラム 【本館3F】	アロマタイム① (手浴) 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	新聞 あらかると 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	Happy color 【多目的】	ハルニレ ファーム 【アート】			
午後	創作アート 【若竹】	個人ワーク 【多目的】	WRAP実践編 【本館3F】	はじめの一步 【本館3F】	個人ワーク 【アート】	自分発見 グループ 【多目的】	ここ+カラ ストレッチ 【小講堂】	natural 工房 【若竹】	個人 ワーク 【アート】	パソコン 講座 【本館3F】	軽スポーツ 【小講堂】	コミュニ ケーション ラボ 【本館3F】	DVDで 太極拳 【小講堂】	個人ワーク 【多目的】
	8		9		10			11		12				
午前	ハーフタイム 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	WRAP基礎編 【多目的】	/	若竹 PCプログラム 【本館3F】	アロマタイム② (リップクリーム) 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	新聞 あらかると 【多目的】	若竹 プログラム 【本館3F】	Happy color 【多目的】	ハルニレ ファーム 【アート】			
午後	創作アート 【若竹】	個人ワーク 【多目的】	WRAP実践編 【本館3F】	就労への ビジョン 【本館3F】	個人ワーク 【アート】	自分発見 グループ 【多目的】	ここ+カラ ストレッチ 【小講堂】	natural 工房 【若竹】	個人 ワーク 【アート】	マイ ライフ <small>(家計→家計簿をつけ てみよう)</small> 【本館3F】	軽スポーツ 【小講堂】	コミュニ ケーション ラボ 【本館3F】	DVDで 太極拳 【小講堂】	個人ワーク 【多目的】
	15		16		17			18		19				
午前	ハーフタイム 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	WRAP基礎編 【多目的】	/	若竹 PCプログラム 【本館3F】	アロマタイム① (温湿布) 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	新聞 あらかると 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	Happy color 【多目的】	ハルニレ ファーム 【アート】			
午後	創作アート 【若竹】	個人ワーク 【多目的】	WRAP実践編 【本館3F】	就労への ビジョン 【本館3F】	個人ワーク 【アート】	自分発見 グループ 【多目的】	ここ+カラ ストレッチ 【小講堂】	natural 工房 【若竹】	個人 ワーク 【アート】	パソコン 講座 【本館3F】	軽スポーツ 【小講堂】	コミュニ ケーション ラボ 【本館3F】	DVDで 太極拳 【小講堂】	個人ワーク 【多目的】
3月分カレンダー発行														
	22		23		24			25		26				
午前	ハーフタイム 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	WRAP基礎編 【多目的】	/	若竹 PCプログラム 【本館3F】	アロマタイム② (サシェ) 【多目的】	若竹 プログラム 【若竹】	新聞 あらかると 【多目的】	若竹 プログラム 【本館3F】	Happy color 【多目的】	ハルニレ ファーム 【アート】			
午後	創作アート 【若竹】	個人ワーク 【多目的】	WRAP実践編 【本館3F】	はじめの一步 【本館3F】	個人ワーク 【アート】	自分発見 グループ 【多目的】	ここ+カラ ストレッチ 【小講堂】	natural 工房 【若竹】	個人 ワーク 【アート】	マイ ライフ <small>(節約術)</small> 【本館3F】	軽スポーツ 【小講堂】	コミュニ ケーション ラボ 【本館3F】	DVDで 太極拳 【小講堂】	個人ワーク 【多目的】
午前	何かあった時の連絡は下記まで・・・													
午後	☎しのだの森ホスピタル (代)047-488-2218 デイケア (9:00~16:30)													
午前	ピンク：ステップ1    緑：ステップ2    青：ステップ3    黄：誰でも可													
午後	令和4年3月分のカレンダー発行日は <b>2/15(火)</b> の予定です。 ◆プログラムの予約はスタッフとの面談で、決めていきます。 ◆当日の予約キャンセルは、 <b>9:00~9:10の間に</b> ご連絡をお願い致します。													



# デイケアプログラム表

※(水)(木)(土)曜日の個人ワークは省略します。内容は火曜日PMの個人ワークと同じです。

曜日	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日			
プログラム名	ハーブタイム	若竹プログラム	WRAP(基礎編)	若竹PCプログラム	アロマタイム①(隔週)	アロマタイム②(隔週)	若竹プログラム	新聞あらかると	若竹プログラム	Happy Color	ハリニレアートーム					
プログラムの種類	作業系	作業系	心理教育系	学習系	セルフケア系	セルフケア系	作業系	作業系	作業系	作業系	作業系	作業系	作業系	作業系	作業系	
内容	かしの木ガーデンでの作業(草取り、苗を植える、水やり、収穫)	若竹荘のハーブ農園での外作業(雨天時は中作業)	元気回復行動プランの作成・リカバリー思考の理解	WORD, EXCELを中心に書類、チラシ、ラベル等簡易開発に至るまでに必要なPC作業全般を行う	アロマの精油を使った足浴、手浴、温シップなどのアロマ体験	足浴や手浴などのアロマ体験に加えて、アロマの精油を使ったスプレーや石鹸づくり	若竹荘のハーブ農園での外作業(雨天時は中作業)	新聞コラムに対してのタイトルや感想記入、調べ学習作業(タイトルや感想、調べ学習の共有新聞コラムに関連した会話)	若竹荘のハーブ農園での外作業(雨天時は中作業)	塗り絵(初級・中級・上級)やカレンダーの作成、個々の作品のシェアや鑑賞	アランターで野菜やハーブを育てる園芸作業					
目的	戸外でハーブや花を育てることで気分をリフレッシュを図る。グループ作業で達成感や役割を得ることの入口	作業を通して職業準備性全般を高める。	いい感じの自分を長く続けるための知識・方法を習得し再発予防に活かす	一般社会で求められるパソコンスキルを身につけ、就労の選択肢を広げる	アロマ体験を通してアロマの香りを楽しんだり、気分転換やリラクゼーション効果を得る	自宅のできるセルフケアとしてのアロマの活用方法を学ぶ	作業を通して職業準備性全般を高める	集中力を高める、想像力UP、継続力、心を豊かにする、個性を出せる	集中力を高める、気分転換、達成感を得る、集団に慣れる、コミュニケーションを円滑にする、適度に身体を動かすことで達成感や自信を醸成、失敗体験も今後に生かす	集中力を高める、気分転換、達成感を得る、集団に慣れる、コミュニケーションを円滑にする、適度に身体を動かすことで達成感や自信を醸成、失敗体験も今後に生かす	集中力を高める、気分転換、達成感を得る、集団に慣れる、コミュニケーションを円滑にする、適度に身体を動かすことで達成感や自信を醸成、失敗体験も今後に生かす					
ステップ	★★☆	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★

曜日	火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日				
プログラム名	創作アート	個人ワーク	創作へのビジョン(編)	WRAP(実践編)	自分発見	こころカラストレッチ	natural工房	マイライフ(隔週)	パソコン講座(隔週)	コミュニケーション・ラボ							
プログラムの種類	作業系	セルフケア系	学習系	心理教育系	心理教育系	セルフケア系	作業系	学習系	学習系	心理教育系	セルフケア系	セルフケア系	セルフケア系	セルフケア系			
内容	若竹でかしの木、階段大窓、小窓に張り出し飾る作品の作成	読書、塗り絵、書き物、パソコンの練習、文書や表の作成、調べ物など、事前に担当スタッフと話し合った課題に個人で取り組む	創作へのビジョン(編)を準備するために準備しなけれならぬことを就労移行支援事業所の講師に学ぶ	WRAP作成済みの心づもりを対面に実生活で起こるうまくいかないことを共有する(言いっぱなし聞きっぱなし方式)	交流分析の基本的なトピックを毎週講義形式で伝えていく。セルフワークとグループワークを通して、自己理解を深めていく。	若竹荘の周辺で自然素材を採集し、壁飾りやお菓子など、様々なものを作る。	8回1クルールの講義(お金・睡眠と休息・栄養のことを社会資源を交えて学ぶ)	若竹荘の周辺で自然素材を採集し、壁飾りやお菓子など、様々なものを作る。	自分の生活を自分でコントロールする力を高める、社会資源の知識を磨き、相談する力を高める	パソコン講座(隔週)の実践編まで、ステップを踏んで学ぶ	アサーションを中心とし、コミュニケーションの取り方や考え方を探索する。事例検討、ロールプレイやゲームを使って、グループワークや座談会形式で進める						
目的	若竹への流れを作り参加に繋げる入口となる事や個々に制作した作品をかしの木二階大窓に展示する事で病院の方々の心の感動や喜びへの社会貢献につながる	自分自身で時間を過す方を考える力を養う。作業を通して集中力を養う。活動と休憩のパララクスを身に着ける	自身の疾病を理解し、対処法を身に付ける。今後の生活の目標に向かえるようになる	実生活でのWRAP活用方法を習得し、自身の苦勞が人の役に立つ事を感じるようメンバー間の横つながりをつくる	社会復帰に向け、交流分析の理論に基づいて自身の考えや心の緊張を和らげる、セルフケアの理についていく	楽しみや充実感、達成感の具体例。自己表現や自己効力感を促す。集中力の維持と向上、協調性を養う。	ワードやエクセル、パワーポイントの基本的なところを使用するようになることので、生活や就労準備性の幅を広げる。	ワードやエクセル、パワーポイントの基本的なところを使用するようになることので、生活や就労準備性の幅を広げる。	自分の生活を自分でコントロールする力を高める、社会資源の知識を磨き、相談する力を高める	ワードやエクセル、パワーポイントの基本的なところを使用するようになることので、生活や就労準備性の幅を広げる。	様々なコミュニケーションを通して他人の柔軟性や体力力向との適度な関係性を保つ方法を試行錯誤する経験を通して、自分軸をもつことを考える						
ステップ	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★	★★★

ステップについて…  
 ★☆☆=初級者向け  
 ★★☆☆=中級者向け  
 ★★★=上級者向け  
 慣れてきた方向け  
 就労準備プログラム