2022年6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。
★アロマタイムの「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	水			木				金			土		
		1			2				3			4		
午前	アロマタイム 2日　梅雨対策ルームスプレー 9日　ボディーパウダー 16日　温湿布＆顔ツボ 23日　足浴＆足のトリートメント	Happy Color【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】		アロマタイム【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	新聞あらかると【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	ハルニレファーム【多目的】	個人ワーク【アート】	若竹プログラム【若竹】
午後		WRAP基礎編【アート】	個人ワーク【ダイニング】		自分発見グループ【多目的】	ここ＋カラストレッチ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	パソコン講座【アート】	個人ワーク【ダイニング】		SST【アート】	個人ワーク【ダイニング】	

	7				8			9				10			11		
午前	ハーブタイム【アート】			若竹プログラム【若竹】	Happy Color【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】		アロマタイム【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	新聞あらかると【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【本館３F】	ハルニレファーム【多目的】	個人ワーク【アート】	若竹プログラム【若竹】
午後	WRAP実践編【アート】		個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	WRAP基礎編【アート】	個人ワーク【ダイニング】		自分発見グループ【多目的】	軽スポーツ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	マイライフ【アート】	個人ワーク【ダイニング】		コミュニケーション・ラボ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	

	14				15			16				17			18		
午前	ハーブタイム【アート】			若竹プログラム【若竹】	Happy Color【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】		アロマタイム【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	新聞あらかると【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	ハルニレファーム【多目的】	個人ワーク【アート】	若竹プログラム【若竹】
午後	就労へのビジョン【アート】	思考錯誤【多目的】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	WRAP基礎編【アート】	個人ワーク【ダイニング】		自分発見グループ【多目的】	ここ＋カラストレッチ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	パソコン講座【アート】	個人ワーク【ダイニング】		SST【アート】	個人ワーク【ダイニング】	

	21				22			23				24			25		
午前	ハーブタイム【アート】			若竹プログラム【若竹】	Happy Color【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】		アロマタイム【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	新聞あらかると【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【本館３F】	ハルニレファーム【多目的】	個人ワーク【アート】	若竹プログラム【若竹】
午後	WRAP実践編【アート】	7月分カレンダー発行	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	WRAP基礎編【アート】	個人ワーク【ダイニング】		自分発見グループ【多目的】	軽スポーツ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	マイライフ【アート】	個人ワーク【ダイニング】		コミュニケーション・ラボ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	

	28				29			30									
午前	ハーブタイム【アート】			若竹プログラム【若竹】	Happy Color【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】		アロマタイム【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】						
午後	就労へのビジョン【アート】	思考錯誤【多目的】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】	WRAP基礎編【アート】	個人ワーク【ダイニング】		自分発見グループ「特別編」【多目的】	ここ＋カラストレッチ【アート】	個人ワーク【ダイニング】	若竹プログラム【若竹】						

就労へのビジョン
14日　ライフキャリア
28日　キャリアプランニング
ＳＳＴ
4日　相手をほめる
18日　不愉快な気持ちを伝える

マイライフ
10日
ストレスについて
24日
お金のトラブル②

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

令和4年7月分のカレンダー発行日は**6/21(火)**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。

何かあった時の連絡は下記まで・・・

☎しのだの森ホスピタル
(代)047-488-2218
デイケア
(9：00～16：30)

デイケアプログラム表

※個人ワークについて(木)AM以外の表記は省略してますが毎日AM、PM実施してます（火曜日はPMのみ）。基本的に個人ワークは場所の提供のみでスタッフは付きません。各自の作業を行ってください。

	曜日	火曜日				水曜日		木曜日				金曜日			土曜日	
AM	プログラム名	ハーブタイム			若竹プログラム	Happy Color	若竹プログラム	アロマタイム	個人ワーク		若竹プログラム	新聞あらかると		若竹プログラム	ハルニレファーム	若竹プログラム
	プログラムの種類	作業系			作業系	作業系	作業系	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
	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）	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	若竹荘のハーブ農園での外作業（雨天時は中作業）	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や、アロマの精油を使ったスプレーや石鹸づくり	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		若竹荘のハーブ農園での外作業（雨天時は中作業）	新聞コラムの書き写し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）	プランターで野菜やハーブを育てる園芸作業	若竹荘のハーブ農園での外作業（雨天時は中作業）
	目的	戸外でハーブや花を育てることで気分の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。	集中力を高める、気分転換、達成感を得る、集団に慣れる、自己表現、想像力UP、継続力、心を穏やかにする、個性を出せる	作業を通して職業準備性全般を高める。	アロマ体験を通してアロマの香りを楽しんだり、気分転換やリラックス効果を得る。自宅でできるセルフケアとしてのアロマの活用方法を学ぶ	自分自身で時間の過ごし方を考える力を養う。作業を通して集中力を養う。活動と休息のバランスを身に着ける		作業を通して職業準備性全般を高める	集中力を高める、想像力思考力の向上、知識や価値観の幅の拡大、小集団内で自己表現の練習、テーマに沿った会話の練習		作業を通して職業準備性全般を高める	気分転換の方法のひとつとしての園芸作業を通じて他者とコミュニケーションを図る、適度に身体を動かすことで達成感や自信を得る、失敗体験も今後に生かす経験を積む	作業を通して職業準備性全般を高める
	ステップ	★☆☆			★★★	★☆☆	★★★	★☆☆	どのステップでも可		★★★	★☆☆		★★★	★☆☆	★★★

	曜日	火曜日				水曜日		木曜日				金曜日			土曜日	
PM	プログラム名	就労へのビジョン（隔週）	WRAP実践編（隔週）	思考錯誤（隔週）	若竹プログラム	WRAP基礎編		自分発見	ここ+カラストレッチ（隔週）	軽スポーツ（隔週）	若竹プログラム	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（隔週）	SST（隔週）
	プログラムの種類	学習系	心理教育系	心理教育系	作業系	心理教育系		心理教育系	セルフケア系	セルフケア系	作業系	学習系	学習系		心理教育系	心理教育系
	内容	就労するために準備しなければならないことを就労移行支援事業所の講師に学ぶ	WRAP作成済みの方を対象に実生活で起こるうまくいかない事、うまくいっている事などを共有する（言いっぱなし聞きっぱなし方式）	社会で生きていくうえで大事になる自律性（自分で考え、判断し、行動する）という能力を、認知行動療法の技法を使って獲得していく	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		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じて、自己理解を深めていく。	ストレッチ・ヨガ	スポーツ、筋トレ	若竹荘のハーブ農園での外作業（雨天時は中作業）	8回1クールの講義お金・睡眠と休息・栄養のことを社会資源を交えて学ぶ	パソコンの基本から実践編まで、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・捉え方を探る。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	SST（Social Skills Training）=「生活技能訓練」と訳され、社会で人と人とが関わりながら生きていくために欠かせないスキルを身につける訓練を行う
	目的	様々な働き方があることを知る、働く心構えを知る、就労準備性の向上	実生活でのWRAP活用法を習得し、自身の苦労が人の役に立つ事を実感する メンバー間の横のつながりをつくる	社会において何らかの問題に直面したときに向けて、自分で対処できるための力を養う	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・方策を習得し再発予防に活かす		社会復帰に向け、交流分析の理論に基づいて自分自身の考え方のクセや繰り返しやすいパターンを整理していく	ストレッチ・ヨガを通して自身の身体の状態を把握する、身体や心の緊張を和らげる、セルフケアの獲得	体力向上、運動を通して利用者同士のコミュニケーション機会の拡大、対人関係の構築	作業を通して職業準備性全般を高める	自分の生活を自分でコントロールする力を高める、社会資源の知識を得、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えるようになることで、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じて他人との適度な関係性を保つ方法を試行錯誤する経験を積む中で、自分軸をもつことを考える	対人関係を良好に維持する技能を身につけ、ストレス対処や問題解決ができるスキルを習得する
	ステップ	★★☆	★★☆	★★★	★★★	★★☆		★★★	★☆☆	★☆☆	★★★	どのステップでも可	★★☆		★★☆	★★☆

ステップについて…

★☆☆=初級者向け 入口のプログラム

★★☆=中級者向け 慣れてきた方向け

★★★=上級者向け 就労準備プログラム