2025年10月 テイケアカレンダー

- ★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。
- ★アロマタイムは内容に関わらずフェイスタオル(首にかけられる長さのもの)を1枚 持ってきて下さい。
- ★ハスワークは完成したハスの花を持ち帰る用の袋(たて、よこ20cm程度)を1枚持っ てきて下さい。

		ע	Ų			水		木				金				±			
					1			2				3				4			
午前	7日「1	労への↓ 全業が求る (d – cared	める人材	.]	新聞 <u>あらかると</u> 【アート】	デスク ワーク [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>見学会</u> 【若竹荘】		<u>アロマ</u> <u>多イム</u> [アート]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> プログラム 【若竹荘】	Happy Color 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>若竹</u> プログラム 【若竹荘】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [アート]		<u>ハーブ</u> <u>タイム2</u> 【多目的】	
午後	21日「討	説明力」 (ジョブヤ	ナ船橋)		<u>シンギン</u> <u>グボウル</u> [ダイニング]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>WRAP</u> 自己権利擁 <u>護</u> 【アート】	<u>リラックス</u> <u>ヨガ</u> (アート)	<u>歌う呼吸</u> <u>レッスン</u> (ダイニング)	デスク ワーク [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	<u>パソコン</u> 講座 (Excelと検 <u>索力)</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>スポレッチ</u> [ダイニング]	<u>Let's</u> <u>Try!</u> 天声人語 ^{【多目的】}	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>コミュニケー</u> <u>ション・ラボ</u> 【アート】	
		7	7		8			9				10				11			
午前	<u>ハーブ</u> <u>タイム1</u> 【アート】		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	新聞 <u>あらかると</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】		<u>アロマ</u> <u>タイム</u> [アート]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	<u>Happy</u> <u>Color</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>太極拳</u> <u>・ヨガ</u> 【ダイニング】	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [アート]		<u>ハーブ</u> <u>タイム2</u> 【多目的】	
午後	<u>就労への</u> <u>ビジョン</u> 【アート】		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>ハス</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>WRAP</u> <u>サポート</u> 【アート】	<u>思考錯誤</u> 【多目的】	<u>リラックス</u> <u>ヨガ</u> (アート)	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>Base</u> (色々な 休み方) (アート]	<u>Let's</u> <u>Try!</u> 天声人語 ^{【多目的} 】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>コミュニケー</u> <u>ション・ラボ</u> 【アート】	
		1	4			15		16					1	L7		18			
午前	<u>ハーブ</u> <u>タイム1</u> [アート]		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	若竹 <u>プログラム</u> 【若竹荘】	新聞 <u>あらかると</u> 【アート】	デスク <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>体験会</u> 【若竹荘】		<u>アロマ</u> <u>タイム</u> [アート]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	Happy Color [アート]	デスク <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>若竹</u> プログラム 【若竹荘】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [アート]		ハーブ タイム 2 【多目的】	
午後	Mild Life <u>怒り</u> <u>(感情)</u> 【多目的】	<u>SOLE</u> <u>(誰でもの会)</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>シンギン</u> <u>グボウル</u> [ダイニング]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	WRAP 日常生活管 理プラン (アート)	<u>リラックス</u> <u>ヨガ</u> (アート)	<u>歌う呼吸</u> <u>レッスン</u> (ダイニング)	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	パソコン 講座 (Word 復習) [アート]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	集まれ! スポーツ <u>の森</u> [ダイニング]	<u>Let's</u> <u>Try!</u> 天声人語 ^{【多目的】}	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>コミュニケー</u> <u>ション・ラボ</u> 【アート】	
		2	1			22		23					2	24		25			
午前	<u>ハーブ</u> <u>タイム1</u> [アート]	ラカレン:	<u>デスク</u> ワーク [ダイニング]	若竹 プログラム 【若竹荘】	<u>新聞</u> <u>あらかると</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】		<u>アロマ</u> <u>多イム</u> [アート]	デスク ワーク [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	Happy Color 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>we sport!!</u> 【多目的】	羞竹 <u>プログラム</u> 【若竹荘】	デスク ワーク [ダイニング]	SOLE <u>(初心者</u> <u>の会)</u> 【アート】	<u>ハーブ</u> <u>タイム2</u> 【多目的】	
午後	就労への ビジョン 【アート】		デスク <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>ハス</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	WRAP 引き金 【アート】	<u>思考錯誤</u> 【多目的】	<u>リラックス</u> <u>ヨガ</u> (アート)	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	羞竹 プログラム 【若竹荘】		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>ビザシェア</u> リング (ストレス 対処①) 【アート】	<u>Let's</u> <u>Try!</u> 天声人語 ^{【多目的】}	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>SST</u> 【アート】	
		2	8		29			30				31							
午前	<u>ハーブ</u> <u>タイム1</u> 【アート】		<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [タイ=ンク]	若竹 プログラム 【若竹荘】	<u>新聞</u> <u>あらかると</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	若竹 プログラム 【若竹荘】		アロマ タイム 【多目的】 ※リワークと合同	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	若竹 プログラム 【若竹荘】	Happy Color 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	何かあった時の連絡 は下記まで ☎しのだの森 ホスピタル			
午後	<u>Mild Life</u> 薬 【多目的】	<u>SOLE</u> <u>(誰でもの会)</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]		<u>シンギン</u> <u>グボウル</u> [ダイニング]	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>WRAP</u> <u>注意サイン</u> <u>(アート)</u>	<u>リラックス</u> <u>ヨガ</u> (アート)	<u>歌う呼吸</u> <u>レッスン</u> (ダイニング)	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	<u>若竹</u> <u>プログラム</u> 【若竹荘】	<u>パソコン</u> <u>講座</u> 【アート】	<u>デスク</u> <u>ワーク</u> [ダイニング]	スポレッチ 【ダイニング】	<u>Let's</u> <u>Try!</u> 天声人語 ^{【多目的】}		-2218 - : 30)		

【アロマタイム】

2日「手浴とハンドトリートメント」

9日「心を緩めるアロマルームスプレー」

16日「心身を整える温湿布」

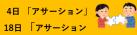
23日「香りと色を楽しむ石鹸作り」

30日「香水作り(秋の紅葉をイメージ)」

※30日は**多目的**にて**リワークと合同**で実施

持ち物:首にかけられる長さのタオル

【コミュラボ】



チエックリスト」

25日 「自分のコミュニケーション 経験を振り返る」

[SST]

11日 「テーマフリー」

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7年11月分のカレンダー発行日は<u>10/21火</u>)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、<u>9:00~9:15の間に</u>ご連絡をお願い致します。 ※ 太い赤枠は<u>リワーク合同プログラム</u>です。
- ◆デイケア卒業後のフォローアッププログラムは「WRAP・コミュニケーショ ンラボ・SST・デスクワーク」になります。

##
771
Ž Ü
77
\ \ \ H

田퐲干	ハーブタイム2	作業系	かしの木ガーデンで ハーブをはじめとした 植物の世話 (単取り・ 液配やり・腐薬土作 リ・収穫など)	ハーブに関する情報 (集始 収穫 効能 活用法 を吸収し、 身のセルフケアに活か す。様々な作業をグ ループで行う事でコ ミュニケーション力の 向上を図る	* *☆		SST (無國)	()	SST (Social Skills Training) = [生活技能 訓練 と呼され、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	対人服係を見好て推持 する核能を身につけ、 ストレス対応や問題解 決労できるスキルを習 得する	₩*	
金曜日	SOLE(初心者の会) (月1回)	自己理解系	国頃思っている不安や 疑問、質問などを持ち 寄り、何でも話した J 聞いたりする場	プログラムの選び方や デイケアの使い方・悩 み等を共有し、メン パー同士のつながりを 作っていく	どのステップでも可	器十	コミュニケーション・ラボ (臨調)	水配水	7サーションを中心と し、コミュニケーショ ンの取りがや考え方・ 捉え方を張る。事例検 が、ロールブレイや ゲームを使って、グ ループワークや座談会	様々な1:3=ケー ションを選じて他人と の道皮な関係性を採つ 万法を取行前割する経 験を積む中で、自分軸 をもつことを考える	☆★★	
	古代プログラム 作業系 作業系 1			作業やミーティングを 通して職業準備性全般 を高める	***		パソコン講座(臨调)	美國茶	バゾコンの基本から実 鉄編まで、ステップを 踏んで学ぶ	ワードやエクセル、パ ワーボイントの基本的 なところを使えるよう になることで、生活や 競労準備性の値を広げ る。	☆★★	
							スポレッチ/スポ森(區周)	運動	小講堂にて体を動かす プログラム アイド アイド アイド アイド アイド アイド アイド アイト アイ	国体格を整える、運動を生活に取り入れる。 動を生活に取り入れる。 用点を持つ、軽いス ボーツを選じた対人交 活体線。スポ森では体 カ(作りや運動の習慣 化、チームスポーツを 選したコミュニケー ジョンを目的とする。	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	
	太極拳・椅子ヨガ	運動系	DVDに沿って体を動か ナプログラム。内容は 基本的に太極拳と椅子 ヨガが交互に行われ る。小講堂または多目 的室で実施。	性活や労働に必要な体 力・筋力を養う。自身 の体の動きや思考・配 情に注目し、セルフモ ータリングやパワーバ ランスの調整をする。	***	金田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田田	Base (#1111)	小	日常生活で因りやすい 事柄 (()種能と生活リ ズム(2)色もな体み方面 社会資源()お金の管 期)の一般的な情報を 提供。	①日常生活を安定的に 過ごせるよう学ぶ②試労準備に入る前に 整えておくべき事を理 解する。	どのステップでも可	
	We Sport! (月1回)	運動系	チームに分かれ、バド ミントンなどやや猫動 量の多いスポーツを行 ラブログラム。チーム でリーダーを表換、役 調移担うなど活きたコ ミュニケーションを体 総・小講堂にて実施。	バドミントン等のスポーツを通じた体力作 ル、運動の習慣化、 チームで協力して課題 に関リ組む交流体験。	***		どザシェアリング (月1回)	水陽水	総労どサに取り組んで いる方が対象。配入し ずかい項目について情 級提供する。その後、 参加者でシェアしていく。	M分ピサをさんと理 群し、深めていく事 で、就対準備性を高り ていく	***	
	Happy Color	作業系	進り総 (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	集中力を高める、気分 転換、遠応感を得る、 集団に慣れる、自己表 現、想像力DR、雑節 力、心を穏やかにす る、個性を出せる	★ ☆☆		Let's Try 天声人語	本圏糸	天声人語 (新聞のコラム) を書き与し、その 内容についてシェアリングする	 ①注意力・集中力の向と ②作業力の向上 ③文章の構成力の向上 ④文をまとめる力の向上 ⑤ ⑤ 丁ミュニケーションの装置 ○ 参習 	₩.	
	若竹プログラム	作業系	帯竹荘のハーブ農園で の農件業や製品化作業	企業を通して職業準備 在全般を高める	***		思考錯誤 (區周)	自己理解系	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	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	***	~
木曜日	デスクワーク	セルフケア系	語書、塗り絵、書き 版 パソコンの練習、 水マコンの練習、 大書や表の作成、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	自分自身で時間の過ご し方を考える力を養う う。作業を通して集中 力を養う。活動と休息 のパランスを身に着け る	どのステップでも可	大 田 田 田	若竹プログラム	作業系	者付在の室内で、かご 編みなどのクラフト製 品の作製やハーブ ティーの製品作りやそ の準備を行う	作業を通して職業基備 性全般を高める。 航労 しない方には社会参 加・社会貢献の場の提	***	
 						+	歌う呼吸レッスン(區周)	セルフケア系	外部講師によるプログラム。酸式年級を辛びながら自分の耳吸法を ながら自分の耳吸法を 見直し、みんなで歌ってすっきりできるプロ グラム	勝式呼吸のやり方やその効果について学ぶ。 自身の可吸の深遠に注 日と、セルフモニタリングや自律権経の調整 に役立てる。	₩₩ ₩	
	707814	セルフケア系	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	プ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	本☆★		リラックスヨガ	運動系	当力講師によるプログ うん。 年級とボーズ、 顕徳をあわせで行うこ とで、体を整え、心身 の安定をはかるメソッ ド。小講堂で実施。	生活や労働に必要な体力・筋力を養う。自身の体の動きや患者・値 情に注目し、セルフモ ランスの調整をする。	☆☆★	
	若竹プログラム	作業系	岩什荘のハーブ農園で の興作業や製品化作業	作業を通して職業準備 住全般を高める	***		シンギングボウル (隔週)	セルフケア系	題の音を聴きるがら、 ゆっくりと自みと向き合う課態をします。終了後 にお茶を飲みながら思想 と語り合います	「今」に集中するこ とで穏やかないを取る。 り戻し、自分のしい、 パンなの花を焼かせる で、心・からだ・スピ ことで、日本生活で で、心・からだ・スピ ことで、日本生活で リッツに働きかけ、パラ 戻すきっかけを作り、 スを整えていまます ます	☆☆★	
水曜日						~ 器	ハスワーク (無週)	セルフケア系	意義を「今ここ」に 向け、ハスの花びら (紙) を比り払払っ ていきます		₩₩	_
	新聞あらかると	作業系	新聞コラムの書き写し	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 終習、テーマに沿った 会話の練習	***		WRAP	自己理解系	WRAP (元気回復行動 ガラン) の概念を通 し、リカバリーに大切 な感覚や方法について 対話を通して学ぶ。	WRAPというツールを 題してリカバリーに大 切なことに触れ、困難 に対する自身の力に気 つき伸ばす感覚を得 る。	☆★★	
	若竹プログラム	作業系	古竹荘のハーブ農園で の農作業や製品化作業	作業を通して職業準備 作争ਲを適める。	***		SOLE(誰でもの会) (區間)	自己理解系	回原の ている不安や 疑問・質問などを持ち 等以・何でも話したり 聞いたりする場	話すこと・聞くことで スッキリしたり、別の 価値部に触れたり、自 分の考えを整理したり する	どのステップでも可	★★★=上級者向け 就労準備プログラム
火曜日						火曜日	Mid Life (區溫)	後 國於	いと体に役立つトピックを全6回に分けて等 い。レクチャーやグ レーブワークを選して 自身の値向を加り、明 日から実行できる対策 を見つける。	自分で考え行動し、コントロールしていく きっかけを掴むため に、知識の確認やケループリー・カーフリークを選して 他の人の意見に触れる		★★☆=中級者向け 慣れてきた方向け
	ハーブタイム1	作業系	かしの木ガーデンでの 簡単な作業 (草取り、 水やりなど)	ガーデンでの簡単な作業(草取り、水まき等)を通じ、ハーブに親しみ、体力の維持向上や生活リズムの調整、単純な役割遂行を目指す	***		就労へのビジョン(隔週)		的労するために準備し なければならないこと を放労移行支援事業所 の講師に学ぶ	様々な働き方があるこ とを知る、働くの構え を知る、就労準備性の 向上	**	★☆☆-初級者向け入口のプログラム
	プログラム名	プログラムの種類		전: III 전: 됐		器	プログラム名	プログラムの種類	₩d eac	ба Ш	ステップ	ステップについて…
			W									