

## 2022年

## 7月

月

火

水

木

金

備考		備考		備考		備考		1	
午前	* 家族会 7/23(土) 10:00~12:00	* 水曜日、木曜日について プログラムの開始・終了 時刻が変更となる場合が ございます	* デイケア活動 水筒、ペットボトルを 持参してください						<創作活動> 個人活動 ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	* 自主活動について スタッフの都合で急遽 なくなる場合がございます		* スポーツ 雨天時は室内テニスに変更 若しくはデイケアにて 卓球、パターゴルフ、 テーブルサッカーなど						<ストレッチ&スポーツ> バスケットボール 王子スポーツセンター 12:40~
									<自主活動>
午前	4 <創作活動> 個人活動	5 <脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	6 <創作活動> 個人活動	7 <SST> よりよい人付き合いの練習	8 <創作活動> 個人活動				ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<フィットネス> ボクササイズ & ダンベル体操 <自主活動>	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<健康増進セミナー> 精神疾患について 統合失調症 ① 13:30~	<SSP> 外部講師来所 就業・生活 支援センターについて <自主活動>	<ストレッチ&スポーツ> バドミントン 王子スポーツセンター 12:40~				<自主活動>
午前	11 <創作活動> 個人活動	12 <イベント> AM 大掃除 & PM 神戸どうぶつ王国 * 詳細は後日お知らせします	13 <創作活動> 個人活動	14 <SST> よりよい人付き合いの練習	15 <創作活動> 個人活動				ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<フィットネス> 体幹トレーニング 運動不足解消編 & ダンベル体操 <自主活動>	 <自主活動>	<健康増進セミナー> 精神疾患について 統合失調症 ② 13:30~	<SSP> 報告・連絡・相談 1 <自主活動>	<ストレッチ&スポーツ> ソフトバレーボール 王子スポーツセンター 12:40~				<自主活動>
午前	18 休み 	19 <脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	20 <創作活動> 個人活動	21 <SST> よりよい人付き合いの練習	22 <創作活動> 個人活動				ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後		<リラクゼーション> ・椅子ヨガ ・漸進的筋弛緩法 <卓球教室> デイケア2F	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<SSP> 報告・連絡・相談 2 <自主活動>	<ストレッチ&スポーツ> 卓球 デイケア2F 12:40~				<自主活動>
午前	25 <創作活動> 個人活動	26 <脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	27 <創作活動> 個人活動	28 <SST> よりよい人付き合いの練習	29 <創作活動> 個人活動				ストレッチ&スポーツ参加 の方のみ11:40終了
午後	<フィットネス> 体重・体脂肪ダウン編 & ダンベル体操 <自主活動>	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<ヘルスケアプログラム> WRAP 2 13:20~	<ヨガ> 外部講師来所 <ゲーム同好会> ゲームで脳活 <自主活動>	<ストレッチ&スポーツ> おもしろ卓球 デイケア2F 12:40~				<自主活動>

☆変更する場合があります

福島神経科クリニック