

2022年

9月

	月	火	水	木	金
	備考	備考		1	2
午前	* サタデイケア 9/10(土) 10:00~12:00 * 詳しくは後日お知らせ	* 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 * 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	<SST> よりよい人付き合いの練習	<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			<SSP> 志望動機の書き方	<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>			<自主活動>	<自主活動>
	5	6	7	8	9
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<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	<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> 薬物療法 ① 13:30~	<SSP> 自己PRについて	<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>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>
	12	13	14	15	16
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<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> イケトレ	<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> 薬物療法 ② 13:30~	<SSP> 配慮について	<ストレッチ&スポーツ> モルック デイケア2F 12:40~
	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>
	19	20	21	22	23
午前	休み 	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	休み 
午後		<リラクゼーション> ・椅子ヨガ ・漸進的筋弛緩法	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<ヨガ> 外部講師来所	
		<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> 薬物療法 ③ 13:00~14:00	<ゲーム同好会> ゲームで脳活	
		<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	
	26	27	28	29	30
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<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 体重体脂肪ダウン編	<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> たんぱく質について② 13:20~	<卓球教室> デイケア2F	<ストレッチ&スポーツ> 卓球 デイケア2F 12:40~
	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<ゲーム同好会> ゲームで脳活	<自主活動>
				<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