

# 思春期・青年期 デイケア えむスタ

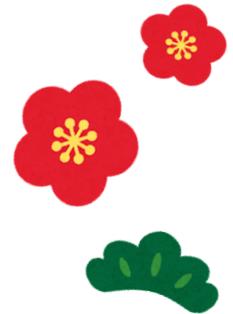


## プログラム



### 【1日の流れ】

9:30～ 10:00	午前(10:00～11:30)	11:30～ 13:30	午後(13:30～15:00)	15:00～ 15:30
準備	午前のプログラム	お昼休憩	午後のプログラム	ミーティング



### 【プログラム内容】

月		水		金	
				5	
				午前	正月あそび
				午後	FREE/レクリエーション
8		10		12	
午前	成人の日	午前	書初め	午前	FREE/レクリエーション
午後		午後	SUP/室内レク	午後	ゆるヨガ
15		17		19	
午前	FREE/レクリエーション	午前	脳トレ	午前	お菓子作り(琥珀糖)
午後	書初め	午後	SUP/室内レク	午後	FREE/レクリエーション
22		24		26	
午前	ストレッチ	午前	読書(プロシード)	午前	FREE/レクリエーション
午後	FREE/レクリエーション	午後	SUP/室内レク	午後	季節のかざり作り
29		31			
午前	FREE/レクリエーション	午前	カロム		
午後	マイスケジュール	午後	DVD鑑賞(ポップコーン付)		



SUP=ステップアッププログラム

※上記の予定ですが、都合によりプログラムが変更となる場合があります。  
(レクリエーションで、天候等により散歩に出る場合もあります)

※体調などに合わせ、プログラム以外の活動をして過ごしてもらうのもOKです。

※月4回(月2回、水2回)掃除を行います。日時は決まっています。

※通所曜日は、主治医やえむスタのスタッフと相談して決めます。



1月のプログラム