

リハビリ支援施設ふれんず 2024年 5月 プログラム

プログラムは、変更されることがあります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
午前	GWは生活リズムが崩れがちになります。なるべく普段を同じ生活を心がけて「五月病」にかからないようにしましょう！ 		ヌーリエ	脳トレ	憲法記念日 休館日 	みどりの日 休館日
午後			グループワーク	元気に役立つ 道具箱作り		みどりの日 
	6	7	8	9	10	11
午前	こどもの日 振替休日 休館日	散歩	6月の カレンダー作り	自分の 説明書作り	ジョハリの窓	休館日
午後	こどもの日 	麻雀	今の自分から 過去の自分へ の手紙を書こう	睡眠	身体を動かそう	
	13	14	15	16	17	18
午前	個別活動	外出	トランプ	優先順位の つけ方	太極拳	休館日
午後	マインドフルネス	親あるうちに 出来ること	コミュ術	6月の カレンダー作り	書道	
	20	21	22	23	24	25
午前	自由活動	困ったことを 話そう	曼荼羅アート	不安の 向き合い方	自分の良いところ 相手の良いところ	オープン ふれんず 13:00 16:00
午後	リハビリ学習	俳句・短歌	テーマトーク	ドンジャラ	自律訓練法	
	27	28	29	30	31	
午前	就労準備	今月の振り返り	コラージュ	音楽鑑賞	太極拳	
午後	SST	カードゲーム	こんな時 どうしてる？	しなやかな こころ	書道	