

リハビリ支援施設「ふれんず」で検索してね。

# リハビリ支援施設ふれんず 2025年 4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	5
午前		グループミーティング (所長と話そう)	書道	散歩	太極拳	休館日
午後		私の目標と計画	綺麗な姿勢の保ち方	健康	のんびりタイム	
	7	8	9	10	11	12
午前	絵画	身体を動かそう	レクリエーション	個別活動	音楽鑑賞	休館日
午後	就労移行の紹介	困っていることを話そう	暮らしの安全	物件情報の見方	WRAP	
	14	15	16	17	18	19
午前	ヌーリエ	買い物に行こう	曼荼羅アート	ゴミの分別	太極拳	休館日
午後	私の好きなもの	栄養	ストレスコーピング	しなやかなこころ	喫茶ふれんず	
	21	22	23	24	25	26
午前	自宅で出来る筋トレ	5月のカレンダー作り	5月のカレンダー作り	脳トレ	リハビリ学習	オープン ふれんず 13:00   16:00
午後	マインドフルネス瞑想	SST	認知行動療法	親あるうちにできること	金銭管理	
	28	29	30	春は、あちらこちらからお花の匂いがしてきますね。 穏やかな春の暖かさを感じながら、ゆったりと過ごしましょう 		
午前	音楽鑑賞	昭和の日 休館日 	野口体操			
午後	自律訓練法		今月の振り返り			