

リカバリー支援施設ふれんず

2025年 6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
	2	3	4	5	6	7
午前	グループ ミーティング (所長と話そう)	私の計画と 目標	曼荼羅アート	栄養	太極拳 (木下先生)	休館日
午後	梅雨の 過ごし方	WRAP	履歴書の書き方	AED 消火器訓練 (栄区消防)	のんびりタイム	
	9	10	11	12	13	14
午前	音楽鑑賞	身体を動かそう (財津先生)	1日の生活時間 を考えよう	歯の健康 歯磨き方法	個別活動	休館日
午後	ジョハリの窓	衣替えのコツ 洗濯表示	アングー マネジメント	金銭管理	野口体操	
	16	17	18	19	20	21
午前	自宅で出来る 筋トレ (日本財団訪問 看護ステーション)	障害年金 (まるか社会保険 労務事務所)	レクリエーション	買い物に行こう	太極拳 (木下先生)	休館日
午後	ビジネスマナー	SST	自分にあった 職探し (川島先生)	認知行動療法	喫茶ふれんず	
	23	24	25	26	27	28
午前	ヌーリエ	7月の カレンダー作り	7月の カレンダー作り	散歩	リカバリー学習	オープン ふれんず 13:00 16:00
午後	マッサージ (孫の手倶楽部)	今月の振り返り	マインドマップ	親あるうちに できること	しなやかな こころ	
	30	6月5日(木)13:00～ 栄消防の方をお招きして、AEDの操作方法や通報訓練を実施いたします。 AEDの他にも消火器訓練も行いますので、皆さま奮って ご参加ください！				
午前	スクラッチ アート					
午後	マインド フルネス瞑想					

