

DC ライフ 週間プログラム予定表

2024年6月10日～

	月	火	水	木	金	土
朝の会						
9:30～	<p>パラレル (脳トレ・塗り絵・CD鑑賞)</p> <p>みんなで体操 (ストレッチ・リズム体操)</p> <p>3チャンネル (様々な情報の共有と学習)</p>	<p>パラレル (脳トレ・塗り絵・CD鑑賞)</p> <p>室内スポーツ (wii・ストラックアウト等)</p> <p>WRAP (自己理解を深める)</p>	<p>パラレル (脳トレ・塗り絵・CD鑑賞)</p> <p>リラックス体操 (ストレッチ・リズム体操)</p> <p>企画活動 皆で企画した課題に取り組む</p>	<p>パラレル (脳トレ・塗り絵・CD鑑賞)</p> <p>リフレッシュ体操 (ストレッチ・リズム体操)</p> <p>ソーシャルリソース (社会資源)</p> <p>トールペイント</p>	<p>パラレル (脳トレ・塗り絵・CD鑑賞)</p> <p>ストレッチ体操 (ストレッチ等の軽運動)</p> <p>交流会 (テーマトーク・ゲーム)</p>	<p>土曜クラブ 音楽鑑賞 動画鑑賞 ゲーム 等</p>
昼食						
13:15～ 15:30	<p>チャレンジ (創作活動)</p> <p>パソコン (インターネット可)</p> <p>音楽鑑賞 (音楽と映像を楽しむ)</p> <p>心理教育 (統合失調症の学習)</p>	<p>グループワーク (コミュニケーション)</p> <p>パソコン (初心者・入力練習)</p> <p>音楽鑑賞 (音楽と映像を楽しむ)</p>	<p>フィットネス&リラックス (軽運動で身体スッキリ!)</p> <p>パソコン (初心者・インターネット可)</p> <p>音楽鑑賞 (音楽と映像を楽しむ)</p>	<p>チャレンジ・トールペイント (創作活動)</p> <p>パソコン (インターネット可)</p> <p>音楽鑑賞 (音楽と映像を楽しむ)</p> <p>栄養と健康 (健康に関する学習)</p>	<p>トークタイム (皆で話してストレス発散)</p> <p>パソコン (インターネット可)</p> <p>音楽鑑賞 (音楽と映像を楽しむ)</p> <p>パーティーゲーム (ゲームを楽しみ交流)</p>	<p>土曜クラブ 音楽鑑賞 動画鑑賞 ゲーム 等</p>