

アルコールデイケア 週間プログラム表

2024/10/2～

時間	月	火	水	木	金	土
:30～ 2:15	体験共有セッション (体験を語り合い、回復をサポート)	健康映像学習 (見て学ぶ、健康の秘訣！)	ストレスコーピング (ストレスフリーな毎日を目指して！)	アルコール心理教育 (知識で依存症を克服！)	アルコール健康教育 (健康知識で依存症克服！)	わくわく！いす体操 (椅子で楽しくリフレッシュ！)
	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)
		造形活動 (陶芸と絵画でアートの世界へ！)		トールペイント (トールペイントでアートを楽しむ！)		
		社会貢献活動 (清掃活動で社会貢献！)				
個人面接						
2:15～ 13:15	昼 食					
3:15～ 15:30	ヒーリングストレッチ (心と体を癒す、リラクスの時間へ)	ヨガ (専門の講師によるヨガセッション)	ダンスフィットネス (ダンスで全身エクササイズ)	ボイスストレッチ (歌声で心も体もリフレッシュ！)	エアウォーキング (楽しく歩いて健康に！)	*デイケアミーティング* (第1週・第3週)
	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)	*ハッピーゲームランド* (第2週・第4週・第5週)
	シネマタイム (仲間と映画を楽しむひととき)	造形活動 (陶芸と絵画でアートの世界へ！)	シネマタイム (仲間と映画を楽しむひととき)	トールペイント (トールペイントでアートを楽しむ！)	レジンアート (レジンアートで創造力を発揮！)	個人活動 (PC、健康麻雀、創作活動 他)
		レジンアート (レジンアートで創造力を発揮！)		シネマタイム (仲間と映画を楽しむひととき)	シネマタイム (仲間と映画を楽しむひととき)	

※ 毎月第1・第3土曜日は、デイケアミーティングを開催します。山口医師が参加予定です

※ 「シネマタイム」は希望者が3名以上おり、かつ処置室が空いている時に開催します。ご希望の方は当日の朝にスタッフにお声がけください

※ 担当者が不在の場合は、プログラムが中止になったり、内容が変更になることがあります。また、希望者が3人以上いないプログラムは中止となります