

2021年

12月 予定表



生活訓練事業所 紫陽花

	月	火	水	木	金	土	日		
	～催し企画～ ・12/10(金)午前・午後 事業所外レク ・12/24(金)昼～午後 クリスマス会 昼食提供あり(350円)		1	2	3	4	5		
午前			ウォーミングアップ(ストレッチ) 事業所内清掃 居室の整理整頓	家事支援活動	ウォーミングアップ(紫陽花体操) 健康づくり (ウォーキング、卓球バレー)	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み		
午後			個別活動	クリスマス飾り作成 パステル (紫陽花便り作成/次回企画)	選択プログラム ①ボードゲーム ②読書 ③手工芸 ④その他				
	6	7	8	9	10	11	12		
午前	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 生活支援/体重測定	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 趣味の集い (ストラックアウト)	個別活動	家事支援活動 昼食作り	事業所外レク	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み		
午後	個別活動	紫陽花体操2022作成	個別活動 買物支援	心理教育 (講師:公認心理師)	事業所外レク				
	13	14	15	16	17	18	19		
午前	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 生活支援/体重測定	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 趣味の集い (スカットボール)	ウォーミングアップ(ストレッチ) 事業所内清掃 居室の整理整頓	家事支援活動 昼食作り	ウォーミングアップ(紫陽花体操) 健康づくり (ウォーキング、フライングディスク、カラオケ)	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み		
午後	個別活動 買物支援	サークル活動	個別活動	健康づくり (椅子を使ったストレッチ/簡単ヨガ)	避難訓練 大掃除				
	20	21	22	23	24	25	26		
午前	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 生活支援/体重測定	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 趣味の集い (ダーツ/ピンポンカップイン)	個別活動	家事支援活動	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 健康づくり (ウォーキング、ペタンク、卓球)	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み		
午後	個別活動	勉強会/健康について (講師:看護師)	個別活動 買物支援	選択プログラム ①ボードゲーム ②読書 ③手工芸 ④その他	クリスマス会				
	27	28	29	30	31	1	2		
午前	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 生活支援/体重測定	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 趣味の集い (輪投げ)	ウォーミングアップ(ストレッチ) 事業所内・町内清掃 居室の整理整頓	家事支援活動	生活訓練(日中) お休み	元日	生活訓練(日中) お休み		
午後	個別活動 買物支援	社会生活力を高めよう (全体ワーク)	個別活動	茶話会					
12月の勉強会について ・12/9(木)午後 心理教育 講師:公認心理師 ・12/21(火)午後 勉強会(健康について) 講師:看護師 ・12/28(火)午後 社会生活力を高めよう(全体ワーク)			～information(紫陽花からのご案内)～ ・金曜日午前の健康づくりは生活療育館にて行います。 ・新屋図書館は12月末まで休館に伴い今月の予定には入っておりません。 ・12/9、12/16の家事支援活動に昼食作りが入っております。(希望制で自己負担あり) ・12/31～1/3の生活訓練(日中)はお休みとなります。 ・新型コロナウイルスの感染状況により急なプログラムの変更もありますのでご了承ください。 (引き続き感染対策にもご協力ください。)						