

2022年

1月 予定表



生活訓練事業所 紫陽花

	月	火	水	木	金	土	日	
						1	2	
午前	・1/7(金)午後 餅つき ・1/20(木)午後 創作活動(節分:お面作成)	値し企画	・1/6(木)午後 心理教育 講師:公認心理師 ・1/14(金)午後 勉強会(口腔ケア) 講師:精神保健福祉士 ・1/25(火)午前 勉強会(栄養講座) 講師:栄養士 ・1/28(金)午後 勉強会(健康について) 講師:看護師 ・1/27(木)午後 社会生活力を高めよう(全体ワーク)	1月の勉強会	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み		
午後							・1/21(金)午後 お茶会(初釜)	
	3	4	5	6	7	8	9	
午前	生活訓練(日中) お休み	ウォーミングアップ(ストレッチ、紫陽花体操) 趣味の集い(書初め) 選択プログラム ①初詣 ②読書 ③手工芸 ④その他	個別活動 生活支援	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(ストレッチ、紫陽花体操) 健康づくり (ウォーキング、卓球パレー)	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み	
午後								①初詣 ②読書 ③手工芸 ④その他
	10	11	12	13	14	15	16	
午前	成人の日 生活訓練(日中) お休み	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 生活支援	居室の整理整頓 家事支援活動 選択プログラム ①図書館(明徳館) ②読書 ③手工芸 ④その他	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、フリースタイル)	生活訓練(日中) お休み	生活訓練(日中) お休み	
午後								健康づくり (タオルを使ったストレッチ)
	17	18	19	20	21	22	23	
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) 絵手紙(紫陽花便り作成/次回企画)	個別活動 生活支援	居室の整理整頓 家事支援活動 創作活動(節分:お面作成)	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、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
	24	25	26	27	28	29	30	
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) 勉強会/栄養講座(講師:栄養士)	個別活動 生活支援	居室の整理整頓 家事支援活動 社会生活力を高めよう(全体ワーク)	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
	31	~information(紫陽花からのご案内)~						
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	昼食作り ・1/6(木)午前 ~七草粥~ (希望制/自己負担あり)	・金曜日午前の健康づくりは生活療法館にて行います。 ・1月の選択プログラムについて 1/4に「初詣」(デイケアと合同で三吉神社へ)、1/13に「図書館(明徳館)」が入っております(返却も忘れずに)。 ・「買物支援」が毎週水曜日、「居室の整理整頓」が毎週木曜日に変更となりました。 ・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。)					
午後			個別活動					