

2023年

1月

予定表



生活訓練事業所 紫陽花

	月	火	水	木	金	土	日	
午前	催し企画 ～初詣～ ・1/5(木)、6(金)午後(選択プログラム)			12月の勉強会について ・1/12(木)午後 やわらか頭教室® 担当:公認心理師		昼食作り ・1/10(火)午前 ～七草粥～ (希望制/自己負担あり)	1 生活訓練(日中) お休み	
午後	～誕生会(12月/1月生まれ)～ ・12/27(金)午後			・1/13(木)午後 全体ワーク				
午前	2 生活訓練(日中) お休み	3 生活訓練(日中) お休み	4 個別活動	5 ウォーミングアップ(ストレッチ) 趣味の集い (書初め)	6 ウォーミングアップ(ストレッチ) 趣味の集い (脳トレ)	7 生活訓練(日中) お休み	8 生活訓練(日中) お休み	
午後			居室の整理整頓 個別活動	選択プログラム 外出①(初詣)	選択プログラム 外出②(初詣)			
午前	9 成人の日 生活訓練(日中) お休み	10 家事支援(個別) 昼食作り(七草粥)	11 個別活動	12 ウォーミングアップ(ストレッチ) 趣味の集い (絵画)	13 趣味の集い (カードゲーム/ボードゲーム/カラオケ)	14 生活訓練(日中) お休み	15 生活訓練(日中) お休み	
午後		健康づくり(療法館) (ウォーキング/他)	個別活動 買い物支援	心理教育 (担当:公認心理師)	全体ワーク			
午前	16 ウォーミングアップ(ストレッチ) 趣味の集い (輪投げ/ダーツ)	17 家事支援(個別)	18 個別活動	19 ウォーミングアップ(ストレッチ) 事業所内清掃	20 健康づくり (椅子を使ったストレッチ/ダンス)	21 生活訓練(日中) お休み	22 生活訓練(日中) お休み	
午後	個別活動 買い物支援	健康づくり(療法館) (ウォーキング/他)	居室の整理整頓 個別活動	趣味の集い (スカットボール/室内グラントゴルフ)	趣味の集い (人間すごろく)			
午前	23 ウォーミングアップ(ストレッチ) 趣味の集い (テーブル卓球)	24 家事支援(個別)	25 個別活動	26 ウォーミングアップ(ストレッチ) 生活の振り返り	27 趣味の集い (カードゲーム/ボードゲーム/カラオケ)	28 生活訓練(日中) お休み	29 生活訓練(日中) お休み	
午後	個別活動	健康づくり(療法館) (ウォーキング/他)	個別活動 買い物支援	創作活動 (節分の制作)	誕生会 (12月/1月生まれ)			
午前	30 健康づくり (タオルを使ったストレッチ)	31 家事支援(個別)	～information(紫陽花からのご案内)～					
午後	個別活動 買い物支援	健康づくり(療法館) (ウォーキング/他)	・活動の形式について色分けしました。 個別活動 グループ活動 全体活動 ・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。)					