



# 3月 予定表



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日時						1
AM						
PM						第2回ゲーム大会 ストリートファイター2
日時	3	4	5	6	7	8
AM	麻雀教室&とまり木		読書クラブ	履歴書の作り方、 アピールポイント	自尊心 (自分の魅力・長所に気づく)	
PM	体育館 (ソフトバレー)	おしゃべり向上委員会	椿餅	・シネマクラブ	栄養講義	なかなか外に出にくい状況にある 方が集う場所。これからのことを一 緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	10	11	12	13	14	15
AM	麻雀教室&とまり木	料理教室		面接の練習(オンライン) Lコネクト	自尊心 (自己効力感)	
PM				お菓子作り	テニスクラブ	
日時	17	18	19	20	21	22
AM	麻雀教室&とまり木		読書クラブ(図書館)	春分の日 お休み	自尊心 (傷つかないコツ)	
PM		体育館 (バドミントン)			健康 ストレッチ	なかなか外に出にくい状況にある 方が集う場所。これからのことを一 緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	24	25	26	27	28	29
AM	麻雀教室&とまり木	調理、皆で 食べる		振り返り	自尊心(学習性無気力) 体育館(バスケットボール)	
PM		全体ミーティング		外出：動物園		メイククラブ
日時	31	*予定は変更となる場合があります *お弁当の注文と締切は、別紙をご参照ください				
AM	麻雀教室&とまり木 体育館(バウンドテニス)					
PM						

お菓子作り

スイーツ

調理、皆で  
食べる

\*自立支援医療受給者証、精神障害者保健福祉手帳の有効期限が近い方は、更新手続きをお願いします。(3ヶ月前から手続き可能です)



# 4月 予定表



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日時		1	2	3	4	5
AM			読書クラブ	就労準備 (オリエンテーション)	学習会 (ストレスとは)	
PM				外出:	栄養講義	第3回ゲーム大会 テトリス・ぷよぷよ
日時	7	8	9	10	11	12
AM	麻雀教室&とまり木	料理教室		体育館 (ソフトバレー)	学習会 (ストレス対処方法)	お菓子作り
PM		おしゃべり向上委員会		就労準備	健康 ストレッチ	なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	14	15	16	17	18	19
AM	麻雀教室&とまり木		読書クラブ		学習会 (考え方のパターンとストレス)	
PM		体育館 (バドミントン)		お菓子作り	テニスクラブ	
日時	21	22	23	24	25	26
AM	麻雀教室&とまり木 体育館 (バスケットボール)		調理、皆で食べる		学習会 (価値観とストレス)	
PM		全体ミーティング		・シネマクラブ		なかなか外に出にくい状況にある方が集う場所。これからのことを一緒に考えたり遊んだりしませんか。
日時	28	29	30			
AM	麻雀教室&とまり木	昭和の日				
PM	体育館 (バウンドテニス)	お休み				

\* 予定は変更となる場合があります  
\* お弁当の注文と締切は、別紙をご参照ください

\* 自立支援医療受給者証、精神障害者保健福祉手帳の有効期限が近い方は、更新手続きをお願いします。  
(3ヶ月前から手続き可能です)



## 桜花会クリニック デイケア 週間プログラム表 (2023.12～)

赤：就労支援 青：心理社会的治療 緑：交流プログラム 黒：運動プログラム

朝のミーティング 10：00～	月	火	水	木	金	土
AM	自主活動 とまり木	交流グループ	室内運動	就労準備	学習会	PC 教室
10：30～12：00	面談	PC 教室	自主活動			ビギナー
PM	認知リハ	運動	社会認知	企画プログラム	認知リハ	茶話会
13：30～15：00	運動	全体ミーティング (月1回)	日本文化倶楽部		健康	

- ・月曜日:とまり木  
認知リハ(NEAR) 運動  
  - ・テーマに沿った活動や交流を通して、ゆるやかに人との時間を共有します。
  - ・認知機能(記憶・注意・問題解決)を改善する手法で、日常生活に繋がるグループワークを行います。
  - ・近隣のウォーキング、スポーツなど、心身のトレーニングを行います。
- ・火曜日:交流グループ  
PC 教室  
  - ・言葉のグループと、ゲーム等を用いたグループに分かれて交流します。
  - ・基礎や、自主トレをメインとしたPC 教室です。
- ・水曜日:室内運動  
社会認知  
日本文化倶楽部  
  - ・講師指導の下、ストレッチや筋トレを行います。
  - ・心の理論や原因帰属など、対人交流に必要な考え方を取り扱う集団精神療法を用いて、日常生活に生かします。
  - ・茶道や書道、四季に関するグループワークを行います。
- ・木曜日:就労準備  
企画プログラム  
  - ・就労に関する情報交換や、仕事に必要な就労マナーや身だしなみ、コミュニケーションなどをグループワークします。
  - ・創作、健康、交流、外出など、週代わりでグループ活動を行います。
- ・金曜日:学習会  
認知リハ(NEAR) 健康  
  - ・ストレスマネジメント、怒りのコントロールなど、心理社会面の様々なテーマについて学びます。
  - ・認知機能(記憶・注意・問題解決)を改善する手法で、日常生活に繋がるグループワークを行います。
  - ・健康に関する情報を用いて、実際に体験し、健康的に生活することを目指す活動です。
- ・土曜日:PC 教室  
ビギナー  
茶話会  
  - ・講師指導のもと、個別の目的に応じて学べるパソコン教室です。
  - ・自主活動です。場所は共有しながらそれぞれのペースで興味のある活動を行えます。
  - ・お茶を飲みながら(1 週間の出来事など)ゆったりと交流します。

※最終火曜に全体ミーティングを行います。月曜以外も適宜、自主活動が行えます。体育館が取れ次第、バドミントン、ソフトバレー等を行います。