

9月

地域活動支援センターⅢ型 日間プログラム予定表



プログラムの申込は決まり次第だんだん職員へお伝えください！
参加希望変更は前日までにお願いします。

活動時間 午前 10:00~12:00 午後 13:00~15:00

昼休憩 12:00~13:00

なお、1日利用の方は、昼食時のみ食事をとれる別室をご用意いたします。

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ	カルチャー体験 絵手紙	アクティビティ
アクティビティ	プログラムなし	アクティビティ	アクティビティ	アクティビティ
9	10	11	12	13
アクティビティ	外出活動	カラダと運動	アクティビティ	DVD鑑賞
アクティビティ	プログラムなし	アクティビティ	アクティビティ	プログラムなし
16	17	18	19	20
敬老の日	カルチャー体験 折り紙	アクティビティ	レクリエーション	アクティビティ
	アクティビティ	コミュニケーション・ エイド	アクティビティ	セルフケア相談
23	24	25	26	27
振替休日	カルチャー体験 ちぎり絵	アクティビティ	ワークショップ 『趣味と余暇』	アクティビティ
	アクティビティ	アクティビティ	プログラムなし	アクティビティ
30	～お願い～ 通所日の希望・変更は前日の午前中までに ご連絡ください。			
アクティビティ				
アクティビティ				

プログラム内容

アクティビティ

個別の創作やグループでの活動を中心に行います。
ご自分で取り組み内容を決めて行います。
課題内容の相談もお気軽にどうぞ。



カルチャー体験

5日(木)午前 絵手紙
季節にちなんだ絵はがきを作ります。



17日(火)午前 折り紙

折り紙で動くおもちゃを作ります。



24日(火)午前 ちぎり絵

新聞紙を使ったちぎり絵に挑戦します。



カラダと運動

11日(水)午前

ストレッチ体操を行います。
動きやすい服装でお越しください。



DVD鑑賞

13日(金)午前

『食べて、祈って、恋をして』 133分
人生をリセットする旅先のイタリア、インド各地で自分
を見つめる姿をジュリアロバーツが演じます。
(台風で中止になった8月予定の作品)



コミュニケーション・エイド

18日(水)午後

会話や交流が苦手と感じているなどコミュニ
ケーションに自信がない方のプログラムです。
一緒に会話を楽しみましょう。



外出活動(板橋区立熱帯環境植物館)

10日(火)午前 12:30終了予定

今回は施設内のミニ水族館を中心に見学します。
往復:通所バス
料金:手帳提示→130円
出発:10時15分
自分に必要な持ち物を確認しましょう。
申し込みは9月4日まで



レクリエーション

19日(木)午前

今回はモルックです。ご参加を待っています。

ワークショップ

26日(木)午前

『趣味と余暇』
自分の趣味や余暇の使い方について話します。
たくさん意見交換をしましょう。



セルフケア相談

今日は20日(金)です。
日常生活や将来のこと、お困りごとなど
個別面談にて相談ができます。

今月の自主サークル

- 麻雀サークル 9月3日(火) 13:00~15:00
- 塗り絵サークル 9月2日・30日(月) 13:00~15:00
- 卓球サークル 9月26日(木) 13:30~14:30