

＜フリージアでのコースとプログラムのご案内＞

☆フリージアのコースについて☆

デイケアセンターフリージアでは、利用者の目標や希望に沿って2つのコースを実施しています

- ①スローライフコース：生活の場として利用される方のためのコース（担当：木村 伏原 片岡 長嶺 須藤）
- ②チャレンジコース：就労を目指す方のためのコース、2年間の利用期限あり（担当：朝倉 濱嶋）

コースごとにさまざまなプログラムを通して周りの人たちとの付き合い方を考えたり、生活するための力をつけたり、自身の生活を楽しめるよう取り組んでいます。それぞれの内容は下記をご参照ください。

☆フリージアのプログラム一覧☆

新型コロナウイルス対策のため縮小して実施中

2022年4月4日より

	月	火	水	木	金
10:15 ～ 11:15	いこいの場	いこいの場	いこいの場	いこいの場	いこいの場
	ミュージックアワー	ミュージックアワー	ミュージックアワー	ミュージックアワー	ミュージックアワー
	ゆるゆるスポーツ	健康教室	Let's!美ボディ	フレンズ <small>(楽器演奏・歌唱)</small>	料理～献立・買い物～
	トライワーク <small>(社会資源)</small> *チャレンジコース	トライワーク <small>(IMR)</small> *チャレンジコース	トライワーク <small>(ビジネスマナー)</small> *チャレンジコース	SST	侍フリージア <small>(スポーツ)</small>
			トライワーク <small>(SST)</small> *チャレンジコース	トライワーク <small>(運動)</small> *チャレンジコース	
○11:30～ 昼食・昼休み・医師による回診等 ○12:20～12:50 ●スリムクラブ(月・火・木・金) ●みどりの会(地域清掃)(水)					
13:15 ～ 14:30	いこいの場	いこいの場	いこいの場	いこいの場	いこいの場
	1・3・5週 絵手紙 絵画	ムービーアワー	ムービーアワー	クラフト倶楽部	クラフト倶楽部
	2・4週 詩歌遊び	外出	1・3・5週 こころの 元気+	外出	書道
	ボッチャ	ピアサークル	2・4週 NEWS見聞	かわら版	料理～調理実習～
			園芸		
14:45～掃除(ホール / 活動室 / 和室 / テラス / 多目的 / 給茶機)、15:00～カード返却、15:05～帰りのミーティング					
DNC	ミュージックアワー	シネマ	WRAP	ミュージックアワー	いこいの場

☆プログラムの内容☆

新型コロナウイルス対策のため縮小して実施中

	プログラム名	メンバー 固定	内 容	場所	担当職員
毎日	いこいの場		趣味(脳トレ・刺し子等)や友人との交流など自由に過ごします 麻雀、オセロ、将棋が利用出来ます ※手洗い・消毒の徹底をお願いします	DC ホール	全員
	トライワーク	◎	就労の目標に向かって対APPを目指します*チャレンジコースの方のみ参加	活動室6	朝倉 濱嶋
	ミュージックアワー		希望する音楽をタブレット端末等を用いて鑑賞します	活動室34	朝倉 片岡 木村 須藤 長嶺 伏原
火 水	ムービーアワー		希望する動画をタブレット端末等を用いて鑑賞します	多目的ホール	片岡 須藤
月	ゆるゆるスポーツ		輪投げやボーリング・ピンポン球入れ等の簡単な運動を行ないます	多目的ホール	片岡 須藤
	絵手紙/絵画	○	身近な物を模写して楽しみながら絵手紙にしたためます	活動室34	片岡 木村
	詩歌あそび	○	川柳や短歌などを作り、新聞やコンクール等に投稿します	活動室34	片岡 木村
	ボッチャ		パラリンピックでも行われたボッチャを参加者で楽しみます	多目的ホール	長嶺 濱嶋
火	健康教室	○	健康について様々な視点(運動・食育等)から理解を深めます	活動室34	木村 伏原
	ピアサークル	○	自己理解(自身の出来ること、他に役立つことを知る)を深めます	活動室6	長嶺 伏原
	シネマ		リクエストをもとに様々なジャンルの映画を楽しみます	DC ホール	全員
火 木	外出		バスを使用して近隣の公園や商業施設等に出かけます(飲食は自粛中)	近隣公園等	片岡 木村 須藤 濱嶋
水	Let's美ボディ		健康的な身体を目指しヨガや体操・簡単なダンスに取り組みます	多目的ホール	須藤 長嶺
	こころの元気+	○	様々なテーマについてピア(仲間)で支え合う取り組みです	活動室6	片岡 須藤
	NEWS見聞	○	新聞から記事を選び皆で読み合わせと意見交換を行います	活動室6	片岡 須藤
	園芸		テラスにて植物や農作物を育成し自然に親しみます	テラス	木村 伏原
	みどりの会	○	ボランティア団体として登録し、周辺の清掃を行ないます	病院周辺	全員
木	WRAP	○	毎日を元気で豊かに過ごし、不調の際の回復を促す行動を考えます	活動室6	長嶺 伏原
	フレンズ	○	ギター・キーボード等の楽器演奏や歌唱を行ないます	多目的ホール	朝倉 須藤
	SST	○	日常生活で生じる様々な課題の解決策をメンバーで話し合います	活動室6	片岡
木 金	かわら版	○	パソコンを活用しデイケア通信「虹」の編集発行を行ないます	活動室34	朝倉 須藤
金	クラフト倶楽部		マスキングテープやアイロンビーズ等の作品を作ります	活動室1	長嶺 伏原
	料理	◎	午前献立を決めて買い出しに出掛け、午後から調理を行います	C-4 調理室	木村 伏原
	侍フリージア	○	希望会などのスポーツ大会出場に向けて練習を行ないます	多目的ホール他	長嶺
随時	書道		書道の講師からアドバイスを受けて楽しみながら練習します	活動室34	濱嶋
随時	実行委員会		利用者主体で行事や外出等の様々な企画を運営・実施します	-	全員

*メンバー固定 ⇒ 無印…参加自由、○…参加自由ですが基本的に継続参加、◎…参加メンバー固定