

フリージアでのコースとプログラムのご案内

1. 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：稲葉 河村 木村 須藤 土田 朝倉 稲垣 阪上 長谷川 村瀬）

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：岩本 竹内 小島 堀場）

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。

2. フリージアのプログラム一覧

2025年10月1日より

	月	火	水	木	金
10:10 ～ 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
	ボッチャ	健康教室	フリースポーツ 園芸	①③⑤ こころの 元気	料理 ～献立・買い物～ ①③⑤ しあわせ 心理学
	トライワーク (IMR) *チャレンジコース	トライワーク (社会資源) *チャレンジコース	トライワーク (ビジネスマナー) *チャレンジコース	SST / トライワーク *チャレンジコース	待フリージア / トライワーク *チャレンジコース
○11:30～昼食・昼休み・医師による回診等 ●おでかけあしび(②④月 11:15～12:45) ●みどりの会(火 12:20～13:10) ●スリムクラブ(12:20～12:50)					
13:15 ～ 14:30	いこいの場 ラップ WRAP 元気回復行動計画	いこいの場 ムービーアワー	いこいの場 市役所訪問 詩歌あそび	いこいの場 フレンズ (楽器演奏・歌唱)	いこいの場 書道
	デイケア喫茶	クラフト倶楽部	かわら版	ボッチャ 【病棟と合同】	料理 ～調理実習～
	Let's ! 美ボディ	ゆるゆるスポーツ 【病棟と合同】	Let's ! 美ボディ 【病棟と合同】	外出～12:30 出発～ *近隣公園・公共施設等	ピアサークル
	14:30～フリージアミーティング、14:45～掃除、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 / アトリエ	シネマ	一品料理	ミュージックアワー / アトリエ	ショッピング

3. プログラムの内容

	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	DC ホール	全員
	トライワーク	◎	就労の目標に向かって経験を積みます*チャレンジコースの方のみ参加	活動室 6	岩本 小島 竹内 堀場
	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 3 4/多目的ホ-ル	全員
月水	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-ル	河村 阪上 土田 堀場
月木	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-ル	木村 小島 阪上 土田 堀場
月	WRAP	○	毎日を元気で豊かに過ごすための回復について考えます	活動室 3 4	河村 小島 長谷川
	デイケア喫茶	○	カフェフリージア（喫茶店）開催に向けて準備をします	活動室 6	岩本 須藤
	おでかけあしび	◎	あしび入居者にて話し合いを通じて自己実現を行います	近隣飲食店	全員
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 3 4	木村 阪上 長谷川
	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
	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	活動室 3 4	全員
	クラフト倶楽部		ビーズ手芸やアイロンビーズ等の作品を作ります	活動室 5 6	岩本 河村 土田
	ゆるゆるスポーツ		輪投げやボールリ-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-ル	阪上 須藤
水	フリースポーツ		参加者で話し合っ-てスポーツの種目を決めて取り組みます	多目的ホ-ル	稲葉 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
	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 3 4	木村 小島 堀場
	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 6	稲葉 岩本 長谷川
	市役所訪問		書類申請や手続き等を行いに大府市役所まで一緒に行きます	大府市役所	全員
木	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 3 4	木村 土田
	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 3 4	木村 土田
	SST	○	日常生活で生じる様々な課題の解決策を参加者で話し合います	活動室 6	稲垣 岩本 須藤 長谷川
	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	活動室 3 4	岩本 阪上
	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（飲食可）	近隣公園等	稲垣 河村 竹内
金	しあわせ心理学		心理学に関する動画を鑑賞し、意見や感想を話し合います	活動室 6	小島 須藤
	マインドフルネス		「今、ここ」に意識を集中させて、心の安定を目指します	活動室 6	小島 須藤
	料理	◎	午前に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 河村
	待フリージア	○	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-ル	稲葉 岩本 竹内
	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 3 4	阪上 竹内
	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	稲葉 小島 長谷川

*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