

# ☆9月のプログラム☆

## いわき(治療機能コース)

退院後のフォローアップ、治療を中心としたコースです。

## 今月の目標

ストレスが溜まると、1つの考えに捉われやすくなります。色々な角度から物事を見れると、問題を解決しやすくなったり、気持ちを楽に持てます。自分の考え方のくせを見直してみましよう。

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日	
2	・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フラワーアレンジメント	3	・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・みちのく	4	・全体会 午前 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	5	・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	6	・スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・企画会議
9	・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フラワーアレンジメント	10	・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・仕事のABC	11	・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	12	・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	13	・スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・健康ストレッチ
16	敬老の日	17	・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・みちのく	18	・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・グループクラフト	19	・コラージュ 午前 ・自主活動 午後 ・クラフト ・HOP	20	・室内スポーツ 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・企画会議
23		秋分の日	24	・今日の一品 午前 ・クラフト 午後 ・自主活動 ・仕事のABC	25	・軽スポーツ 午前 ・自主活動 午後 ・ペン習字 ・四季彩	26	自主活動	27
30	・ゲートボール 午前 ・自主活動 午後 ・自主活動 ・習字 ・フラワーアレンジメント								