

いわき（治療機能コース） 6月のプログラム

退院後のフォローアップ、治療を中心としたコースです。

目標 6月は寒暖差や湿度の高さにより、心身に不調をきたしやすい時期です。体調管理を行いながら、自分の好きなことをして気分転換を図りましょう。

月		火		水		木		金	
1	・自主活動 AM ・軽スポーツ	2	・今日の一品 AM ・クラフト	3	・クンデイ/全体会 AM	4	・自主活動 AM ・HOP	5	・スポーツ AM ・クラフト
	PM ・自主活動 ・クラフト/ペン習字 習字/フラワーアレンジメント		PM ・自主活動 ・みちのく		PM ・自主活動 ・軽スポーツ		PM ・自主活動 ・みんなの談話室		PM ・自主活動 ・企画会議
8	・自主活動 AM ・軽スポーツ	9	・今日の一品 AM ・クラフト	10	・自主活動 AM ・クラフト	11	・自主活動 AM ・HOP	12	・スポーツ AM ・クラフト
	PM ・自主活動 ・クラフト/ペン習字 習字/フラワーアレンジメント		PM ・健康ストレッチ ・仕事のCBT		PM ・自主活動 ・グループクラフト		PM ・自主活動 ・クラフト		PM ・自主活動
15	・自主活動 AM ・軽スポーツ	16	・今日の一品 AM ・クラフト	17	・自主活動 /気軽に話そう♪ AM ・クラフト	18	・自主活動 AM ・HOP	19	・スポーツ AM ・クラフト
	PM ・自主活動 ・クラフト/ペン習字 習字/フラワーアレンジメント		PM ・自主活動 ・みちのく		PM ・自主活動 ・軽スポーツ		PM ・自主活動 ・クラフト		PM ・自主活動 ・企画会議
22	・自主活動 AM ・軽スポーツ	23	・今日の一品 AM ・クラフト	24	・自主活動 AM ・クラフト	25	・自主活動 AM ・HOP	26	・スポーツ AM ・クラフト
	PM ・自主活動 ・クラフト/ペン習字 習字/フラワーアレンジメント		PM ・健康ストレッチ ・仕事のCBT		PM ・自主活動 ・グループクラフト		PM ・自主活動 ・みんなの談話室		PM ・自主活動
29	・自主活動 AM ・軽スポーツ	30	・今日の一品 AM ・クラフト						
	PM ・自主活動 ・クラフト/ペン習字 習字/フラワーアレンジメント		PM ・自主活動 ・みちのく						