

2025.1月

## デイケア 再発予防プログラム

	月	火	水	木	金
			1	2	3
14:00			 休館日	 正月プログラム	 正月プログラム
15:00					
	6	7	8	9	10
14:00		疾病教室 「実はあなたも心のストレス？」	SST	一般常識講座 「確定申告」	クラブ活動
15:00		栄養指導 「春の七草について」	疾病教室 (グループワーク)	作業療法	ストレス緩和 「体温アップの効果」
	13	14	15	16	17
14:00	 成人の日	疾病教室 「ストレスは心と体に重圧をかける」	SST	一般常識講座 「医療費控除」	クラブ活動
15:00		栄養指導 「コレステロールについて」	疾病教室 (グループワーク)	作業療法	ストレス緩和 「体温アップの効果②」
	20	21	22	23	24
14:00		疾病教室 「環境の変化はストレスを 招きやすい」	SST	一般常識講座 「冬のかくれ脱水」	クラブ活動
15:00		日常生活 「茶碗の洗い方」	疾病教室 (グループワーク)	作業療法	家庭の医学 「鼻の病気について」
	27	28	29	30	31
14:00		疾病教室 「体の調子が悪い・・・心との関係」	SST	一般常識講座 「今月の振り返り」	クラブ活動
15:00		日常生活 「茶碗の洗い方②」	疾病教室 (グループワーク)	作業療法	家庭の医学 「耳の病気について」