

北林医院分院 ショートケア 予定表 令和2年 9月						
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1	2	3	4	5	6
	スクラッチアート (削って絵を 描こう)	ゆったりっち	休診	ゆったりだんす	ねんど遊び (手先の運動を しよう)	休診
7	8	9	10	11	12	13
休診	ストレッチ& 筋トレ (体を動かそう)	コラージュ	休診	ゆったりっち	筋弛緩訓練法 (体の緊張を ほぐそう)	休診
14	15	16	17	18	19	20
PM 診察	アクアビーズ (ビーズで作品を 作ろう)	お楽しみ クッキング	休診	心と体を強くする 栄養教室	ストレッチ& 自律訓練法(リ ラックスしよう)	休診
21	22	23	24	25	26	27
休診	休診	ゆったりっち	休診	心と体を強くする 栄養教室	森田療法 (あるがままを受 けよう)	休診
28	29	30				
PM 診察	ストレッチ& 自律訓練法(リ ラックスしよう)	マンダラ塗り絵& ストレッチ				

【火曜日・水曜日・金曜日・土曜日】 10:30~13:30(茶話会なし)  
【デイケア】 10:30~16:30(昼食あり) \* デイケアはリモートヨガ開催検討中です。

プログラムは予告なく変更する場合がありますので、ご了承下さい。