

<フリージアでのコースとプログラムのご案内>

☆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 岩本 片岡 河村 木村 須藤 土田 堀場 朝倉 稲垣 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：小島 竹内）

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。

☆フリージアのプログラム一覧☆

2025年2月3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	③⑥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
	ポッチャ	①②④健康教室 ゆるゆるスポーツ	Let's!美ボディ 園芸	ポッチャ SST	料理 ~献立・買い物~ 侍フリージア (スポーツ)
	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	トライワーク (SST) *チャレンジコース	トライワーク (運動) *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	いこいの場	いこいの場	いこいの場	いこいの場
	WRAP 元気回復行動計画	ムービーアワー	ムービーアワー	いこいの場	いこいの場
	デイケア喫茶	クラフト倶楽部 ~初級~	①③⑥ こころの 元気	フレンズ (楽器演奏・歌唱)	書道
	Let's!美ボディ	外出~12:30 出発~ *近隣公園・公共施設等	かわら版	外出~12:30 出発~ *近隣公園・公共施設等	料理 ~調理実習~ ピアサークル
14:35~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

☆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 麻雀、オセロ、将棋が利用出来ます	DC ホール	全員
	トライワーク	◎	就労の目標に向かってスキルアップを目指します*チャレンジコースの方のみ参加	活動室 6	小島 竹内
	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	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	多目的ホール	岩本 木村 須藤 河村
月 木	ポッチャ		パラリンピックでも行われたポッチャを参加者で楽しみます	多目的ホール	岩本 木村 河村
火	クラフト倶楽部		マスキングテープやアイロンビーズ・カゴ等の作品を作ります	活動室 1 3 4	河村 小島 竹内
火 木	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 須藤 竹内
火 水	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
月	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	稲垣 須藤
	WRAP	○	毎日を元気で豊かに過ごし、不調の際の回復を促す行動を考えます	活動室 3 4	河村 小島
	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	活動室 3 4 等	全員
火	ゆるゆるスポーツ		輪投げやボーリング・ピンポン球入れ等の簡単な運動を行ないます	多目的ホール	岩本 須藤
	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	河村 木村
	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
水	市役所訪問		大府市役所まで送迎します。	大府市役所	全員
	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 河村 小島
	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	稲垣 木村
	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 1	木村 竹内
木	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 1	木村 竹内
	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	小島 須藤
金	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 須藤
	料理	◎	午前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
	侍フリージア	○	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	多目的ホール他	稲葉 岩本 須藤
	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	岩本 小島
	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 竹内

*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