

あまなクリニック

2025年9月

リハビリテーションプログラム

プログラムの説明や
お知らせ等LINEとインスタで発信
しています



時間		月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
AM 10:00 ~ 11:30	5	ちょっと筋トレ風 ストレッチで免疫力up	あまザップ?! 有酸素運動&マシン	SST あなたらしい質問の仕方 を見つけよう	ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	男の料理 万博記念 世界の料理に挑戦	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	あまなniおるおるに向けて 英語でコース	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5	就労準備 ~長く働くために~	プラモ部&漫画部	ヨガ(13:30~) ~初心者のための~	バンド部 ~音楽を楽しもう~	卓球/Wiiボーリング
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	YouTubeで 音楽を楽しむ	コースまるわかり説明会 ワンランク上のテイクア活用	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース・DC新聞 16時~実行委員会
		創作活動グループ	相談日	創作活動グループ	ナイトケア 夕食会	ナイトケア 夕食会・カラオケ
		8	9	10	11	12
AM 10:00 ~ 11:30	5	ちょっと筋トレ風 ストレッチで免疫力up	あまザップ?! 有酸素運動&マシン	SST あなたらしい質問の仕方 を見つけよう	ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	絵の広場 (絵画療法)	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	管理栄養士による 栄養講座と調理実習	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5	ありのままを感じる練習 心と思考のラボ マインドフルネス	プラモ部&漫画部	ヨガ(13:30~) ~リラックス~	バンド部 ~音楽を楽しもう~	卓球/Wiiボーリング
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	カラオケ(カラ王) 12時30分出発 530円	メンバープレゼンツ 推し活	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース メタ認知(機能訓練室)
		創作活動グループ	相談日	創作活動グループ	ナイトケア 夕食会・カラオケ	
		15	16	17	18	19
AM 10:00 ~ 11:30	5	敬老の日	あまザップ?! 有酸素運動&マシン	SST あなたらしい質問の仕方 を見つけよう	ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング
	6		手芸クラブ	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	疾患教育 再発予防のサインに気付く	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5		プラモ部&漫画部	ヨガ(13:30~) ~初心者のための~	バンド部 ~音楽を楽しもう~	卓球/Wiiボーリング
	6		映画鑑賞 (掲示板でお知らせします)	読書会	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース・DC新聞 16時~実行委員会
		相談日	相談日	あまな食堂メニュー決め	ナイトケア あまな食堂	
		22	23	24	25	26
AM 10:00 ~ 11:30	5	秋分の日	ちょっと筋トレ風 姿勢を整えよう	SST あなたらしい質問の仕方 を見つけよう	ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング
	6		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース 12:45~振返りの会	クローバーの会 私の薬の付き合い方	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5		ありのままを感じる練習 心と思考のラボ マインドフルネス	ヨガ(13:30~) ~リラックス~	バンド部 ~音楽を楽しもう~	卓球/Wiiボーリング
	6		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	コースまるわかり説明会 ワンランク上のテイクア活用	コラージュ・脳トレ・ ペン習字・マイペース	マイペース・DC新聞 16時~実行委員会
		相談日	創作活動グループ	ナイトケア 夕食会	ナイトケア(夕食会・カラオケ)	
		29	30			
AM 10:00 ~ 11:30	5	ちょっと筋トレ風 ストレッチで免疫力up	あまザップ?! 有酸素運動&マシン	「今月の振返りの会」 第4水曜日 12時45分~ 6階 8月~コース化がスタートしました みなさんが選択した「コース」をもとに、1か月を振 返るプログラムを始めます		第3回あまなniおるおる 実行委員会予定 9月5日(金) 9月19日(金) 9月26日(金) 時間:16時~17時 場所:6階 どなたでも参加できます みなさんのお力を貸して下 さい
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等			
PM 13:00 ~ 14:30	5	就労準備 B型 施設見学2ndぶんいす	プラモ部&漫画部	1か月の活動を振り返ることで自分がどんなことをし て、どんな変化があったかを客観的に確認できる機会 となります。また、スタッフと一緒に取組むことで自 分では気づかなかつた変化も知ることができる機会に なります。ぜひ、ご参加下さい		
	6	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等			
		創作活動グループ	相談日			

見学体験随時受付中 06-6412-2085 (あまなクリニック)
問合せ時間平日9時30分~12時 15時30分~17時30分

