

あまなクリニック

2026年10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

LINE



インスタ



時間	月	火	水	木	金
				1	2
AM 10:00 ~ 11:30	5 6	バンド部演奏 10月9日（金） 16時～ 5階 		ヒーリングアロマ /マイペース クローバーの会 私たちのデイケア紹介	ウォーキング マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5 6			バンド部 ～音楽を楽しもう～ マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	卓球/桶っと卓球 マイペース 16時～イベント話し合い
				ナイトケア 夕食会	ナイトケア夕食会・セルフカラオケ
AM 10:00 ~ 11:30	5 6	5 6	7	8	9
		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	ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング 歴史博物館～尼崎の古墳～
		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	10周年記念 男の料理 ～ステーキ～	管理栄養士による栄養講座 調理実習	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク
PM 13:00 ~ 14:30	5 6	★ 心と思考のラボ マインドフルネス	プラモ部&漫画部	バンド部 ～音楽を楽しもう～	卓球
		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	YouTubeで 音楽を楽しむ	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	認知リハ（機能訓練室） マイペース
		創作活動	創作活動	ナイトケア 夕食会	夕食会・バンド部演奏会
		12	13	14	16
AM 10:00 ~ 11:30	5 6	祝日		ヒーリングアロマ /マイペース	ウォーキング
				疾患教育 感染症・インフルエンザ	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
PM 13:00 ~ 14:30	5 6			マイペース 創作活動	創作活動
				バンド部 ～音楽を楽しもう～	卓球/桶っと卓球
		カラオケ（JinJin） 12時30分発 500円	★ 読書会	マイペース あまな食堂メニュー決め	マイペース 16時～イベント話し合い
		相談日	創作活動	ナイトケア 夕食会	ナイトケア・セルフカラオケ 夕食会（あまな食堂）
		19	20	21	23
AM 10:00 ~ 11:30	5 6	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	SSST 余力を残そう ～続けるためのコツ～	野外軽スポーツ
		マイペース	手芸クラブ マイペース	マイペース	ヒーリングアロマ /マイペース
PM 13:00 ~ 14:30	5 6	★ 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～) ～初心者のための～	バンド部 ～音楽を楽しもう～
		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	映画鑑賞	クローバーの会 私たちのデイケア紹介	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
		創作活動	相談日	マイペース	ナイトケア 夕食会
		26	27	28	30
AM 10:00 ~ 11:30	5 6	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	個別SSST （掲示板をご確認下さい）	疾患教育 ～生活リズム～
		マイペース	絵の広場 12:45～振り返りの会	マイペース 12:45～振り返りの会	ヒーリングアロマ 12:45～振り返りの会
PM 13:00 ~ 14:30	5 6	就労準備 （個別相談）	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～
		マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等	YouTubeで 音楽を楽しむ	推し活×脳内物質ケア 推し活グループ	マイペース 脳トレ・ペン習字・ワーク等
		創作活動	相談日	マイペース	マイペース

食事無料サービスについてのお願い

お昼ご飯の無料サービスは午前・午後にデイケアに参加された方が利用できます。申込は前日または、当日9時30分～9時45分までにお願
いします。夕食会は当日15時までに連絡をください。申込書は掲示板に貼っています。よろしくお願いいたします

（連絡先：070-6925-0748 070-1496-6687）

