

# ステップアップ プログラム



このプログラムでは、社会復帰の準備を目的として、多彩なプログラムを行なっていきます。毎回、様々な専門スタッフが講師を務めていきます。

## 8月のスケジュール

### 8月 1日(月) 朗読の会

講師：公認心理師

短い物語を読みます。心に残った場面、登場人物の気持ちについて、みんなで意見を交わします。

### 8月 8日(月) 暮らしの教室・防災について

講師：デイケアスタッフ

防災に関する情報を見直し、方法を検討し、備えましょう。

### 8月22日(月) 拡がる活動

講師：デイケアスタッフ

五・七・五に思いをこめて、夏の俳句を詠みましょう。

### 8月29日(月) からだの健康

講師：公認心理師

先月のロコモの続きです。フレイル(虚弱)という状態について学び、予防につなげます。

場所：デイケア室 時間：14時～15時

\*ご興味のある方は、主治医までご相談ください。  
新型コロナウイルス感染予防の観点から、当面の間、体験参加はご遠慮いただいております。