

## 個人活動について

デイケアともでは、『集団プログラムに参加する』以外にも『個人活動』をして過ごす事ができます！  
具体的には…

### 《手芸など》

- ・編み物、刺し子、大人のぬり絵、革細工、ネット手芸、きめこみ細工、スクラッチ・アート、折り紙書道、絵手紙、ジグソーパズル

### 《書き物》

- ・計算問題、漢字問題、数独、脳トレ

### 《各種ゲーム》

- ・トランプ、囲碁、将棋、オセロ、ボードゲーム
- ・パソコンソフトでのゲーム（囲碁、将棋、オセロ、麻雀）
- ・テレビゲーム（Nintendo Switch）

### 《身体を動かす》

- ・卓球、エアロバイク、DVD エクササイズ

### 《その他》

- ・カラオケ、パソコン、音楽鑑賞、読書、ピアノ、テレビ鑑賞
- …等々、他にもいろいろな過ごし方があります！



◆作り方、取り組み方はスタッフが利用者さん個人に分かりやすいよう説明、お手伝いいたします！

◆「なにができるのか分からない…」という方もご安心を！スタッフと相談しながら『自分に合ったデイケアでの過ごし方』をコーディネート（調整し組み合わせる）していく事ができます！