令和8年度　リハビリ教室プログラム

回	月	日	内　　容	担当職種	場 所
1	5月	13日	オリエンテーション・アンケート 体組成計測定・ボッチャ	みらい工房西スタッフ スポーツ指導員	藤棚地域ケアプラザ
2		20日	音楽療法	音楽療法士	藤棚地域ケアプラザ
3		27日	スマホを便利に使おう！	スマホサポーターWEST	藤棚地域ケアプラザ
~~4~~	6月	~~3日~~	~~病気の理解・再発予防について~~ 2月10日に延期	~~医師~~	~~藤棚地域ケアプラザ~~
5		10日	ストレッチ・体組成測定・ボッチャ	スポーツ指導員	藤棚地域ケアプラザ
6		17日	高次脳機能障害について	臨床心理士	藤棚地域ケアプラザ
7		24日	言語リハビリ	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
8	7月	1日	薬の話	薬剤師	藤棚地域ケアプラザ
9		8日	グループワーク（病気/生活の事）	みらい工房西スタッフ	藤棚地域ケアプラザ
10		15日	音楽療法	音楽療法士	藤棚地域ケアプラザ
11		22日	言語リハビリ	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
12	8月	5日	セラバンドを使って簡単筋トレ【合同】	スポーツ指導員	みらい工房西
13		26日	暑さに負けるな！手軽で栄養満点お惣菜づくり	栄養士	藤棚地域ケアプラザ
14	9月	2日	身体機能評価・日常生活の工夫	PT/OT	藤棚地域ケアプラザ
15		9日	バス乗降訓練	PT	横浜市交通局浅間車庫
16		16日	バス・電車利用で外出（横浜ラポールへ）	スポーツ指導員	横浜ラポール
17		30日	言語リハビリ（公開講座）	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
18	10月	7日	生活リハビリ体操	介護福祉士	藤棚地域ケアプラザ
19		21日	音楽療法	音楽療法士	藤棚地域ケアプラザ
20		28日	言語リハビリ	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
21	11月	4日	みらい工房西体験　【合同】 コースター／ステンシル	みらい工房西スタッフ	みらい工房西
22		11日	フライングディスク	スポーツ指導員	藤棚地域ケアプラザ
23		18日	スマホの使い方（フォローアップ）	スマホサポーターWEST	藤棚地域ケアプラザ
24		25日	言語リハビリ	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
25	12月	2日	口腔ケア	歯科衛生士	藤棚地域ケアプラザ
26		9日	干支づくり（粘土クラフト）	クラフト指導員	藤棚地域ケアプラザ
27		16日	ボッチャ	スポーツ指導員	藤棚地域ケアプラザ
28		23日	音楽療法（クリスマス会・先輩との交流）【合同】	音楽療法士	藤棚地域ケアプラザ
29	1月	13日	身体機能評価・日常生活の工夫	PT/OT	藤棚地域ケアプラザ
30		20日	バスに乗って外出	PT	藤棚地域ケアプラザ
31		27日	音楽療法	音楽療法士	藤棚地域ケアプラザ
32	2月	3日	みらい工房西メンバーとの交流会（卓球バレー）自主活動グループの活動紹介【合同】	卓球バレー指導員	地区センター
33		10日	病気の理解・再発予防について	医師	藤棚地域ケアプラザ
34		17日	言語リハビリ	言語聴覚士	藤棚地域ケアプラザ
35		24日	”これからことを考える”	リハセンターSW	藤棚地域ケアプラザ
36	3月	3日	体組成計測定・モルック	スポーツ指導員	藤棚地域ケアプラザ
37		10日	修了式（アンケート・証書・ゲーム等）	みらい工房西スタッフ	藤棚地域ケアプラザ

※プログラム内容は変更になることもあります

☆開催曜日は全て水曜日。時間は午後1時～3時です。☆持ち物：上履き、飲み物（お茶かお水）、ファイル