

スキル習得系



パソコン練習

タイピング動作
Word 練習



SST(ソーシャルスキル・トレーニング)

自分の思いを
伝える練習



調理練習

ピア系

WRAP(ラップ)
元気回復行動プラン



自分の体調をよりよく保つ
ため、人生を豊かに送るため
に出来ることを考えます

就労系



わーきんぐライフ
(就労支援活動)

働くために必要な準備や自分自身
にあった仕事内容を一緒に考えます。

運動・レクリエーション系

子どもからお年寄りまで、参加可能な年齢
の幅が広いことも特徴です。運動量を参加
者自身が調節できるものも多く、自分の体
力と相談しながら楽しめます。



卓球



室内ゲートボール



モルック

創作活動系



塗り絵・絵画



陶芸



革細工



手芸

さまざまな布を組み合
わせて縫い合わせる
「パッチワーク」が
人気です。

ゲーム系



オセロ



トランプ



麻雀



将棋

趣味余暇活動系



- CD 鑑賞
- ハミングの会
- 電子ピアノ・ギター演奏



- 邦画
- 洋画
- アニメ