

令和5年 6月 精神科デイケア 月間予定表

日付	9:00~	9:30	10:00~12:00		13:30~15:30
1日(木)	朝の活動	ミーティング	園芸 / シネマクラブ	昼食・お昼の活動	マインドフルネス / ウォーキング
2日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部 CBT②
3日(土)	休み				
4日(日)					
5日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
6日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
7日(水)			パソコン教室 / 書道 りらく		アサーション / 革細工
8日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ウォーキング
9日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部 CBT②
10日(土)	休み				
11日(日)					
12日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
13日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
14日(水)			パソコン教室 / 書道 りらく		革細工 CBT③基礎と振り返り
15日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ウォーキング
16日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部 CBT②
17日(土)	休み				
18日(日)					
19日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
20日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
21日(水)			書道 / カラオケ大会		梅雨を吹き飛ばせ (学生レク)
22日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ウォーキング
23日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部 CBT②
24日(土)	休み				
25日(日)					
26日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 お仕事探検隊	昼食・お昼の活動	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
27日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
28日(水)			パソコン教室 / 書道 りらく		革細工 CBT③基礎と振り返り
29日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ウォーキング
30日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部 CBT②

★各プログラム時間には【自主活動】もあります。一人または少人数でできる活動を行っています。
 少人数卓球 (月、火、水、金午後)、パズル (月午後)、野菜の袋詰め (木午後)、ウクレレ、読書など。
 ☆お待たせしました！カラオケ再開します！自主活動として月曜午前に開催します！

※プログラムが当日に変更になる場合があります。ご了承下さい。