## 令和5年 11月 精神科デイケア 月間予定表

			カイリンサー・1 / 万 ・ 作り作べる	717	7 万间了足衣	
日付	9:00~	9:30	10:00~12:00		13:30~15:30	
1日(水)	朝の	ミーテ	パソコン教室 / 書道 / いらく	昼食・お	革細工 CBT③基礎と振り返り	
2日(木)	活動	ィング	園芸 /ウォーキング(木曜市)	屋の活動	マインドフルネス / ゆるジム	
3日(金)						
4日(土)			休み			
5日(日)		1		1	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ	
6日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球		アトリエ	
7日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸	食・	アロマ&ハーブ / 木工	
8日(水)			パソコン教室 / 書道 / りらく	お 昼 の	アサーション / 革細工	
9日(木)			園芸 /ウォーキング(木曜市)	活 <u></u> 動	マインドフルネス / ゆるジム	
10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	
11日(土)	休み					
12日(日)		ı	T	<u> </u>	ウチルコン地南 / 単四ノこご	
13日(月)		ミーティング	体操 / 卓球	昼	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ	
14日(火)	朝の活動		リズム倶楽部 / CBT① 陶芸	昼食・お昼の活動	しゅうく/ 木工	
15日(水)			パソコン教室 / 書道 / りらく		革細工 CBT③基礎と振り返り	
16日(木)			園芸 /ウォーキング(木曜市)		マインドフルネス / ゆるジム	
17日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT②	
18日(土)	_	休み				
20日(月)	朝	111-	体操 / 卓球	昼食	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ	
21日(火)	の活	ティ	リズム倶楽部 / CBT① 陶芸	お 屋	アロマ&ハーブ / 木工	
22日(水)	動	ング	パソコン教室 / 書道 / りらく	一の活動	アサーション 革細工 / スイッチで遊ぼう	
23日(木)	休み					
24日(金)	朝の活動	ミーティング	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	
25日(土)	休み					
26日(日)		1	לטאע	,		
27日(月)	朝の	"	お仕事探検隊 / 体操 / 卓球		自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ	
28日(火)		ミーテ	リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		【りらく/ 木工	
29日(水)	活動	ィング	パソコン教室 / 書道 / りらく	昼の活	CBT③基礎と振返り / 革細工	
30日(木)			園芸 /シネマクラブ	動	マインドフルネス / ゆるジム	

★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(水、木、金午後)、パズル(月午後)、野菜の袋詰め(木午後) その他、ウクレレ、読書、ウォーキングなど。

## ※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。