

令和3年 9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(水)	朝の活動	ミーティング	パソコン教室 / 書道	昼食・お昼の活動	アサーション / ウォーキング
2日(木)			FREZAP やさしい英会話 / 園芸		マインドフルネス / プチアトリエ
3日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 ひらめき☆スイッチ
4日(土) 5日(日)	休み				
6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 / ウォーキング
7日(火)			筋トレ / CBT		りらく / 木工
8日(水)			パソコン教室 / 書道		ウォーキング
9日(木)			就労準備ミーティング やさしい英会話 / 園芸		マインドフルネス / プチアトリエ
10日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 ひらめき☆スイッチ
11日(土) 12日(日)	休み				
13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 / ウォーキング
14日(火)			CBT		アロマ&ハーブ 木工
15日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / ウォーキング
16日(木)			FREZAP やさしい英会話 / 園芸		マインドフルネス / プチアトリエ
17日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 ひらめき☆スイッチ
18日(土) 19日(日) 20日(月)	休み				
21日(火)	朝の活動	ミーティング	からだを動かそう / CBT	昼食・お昼の活動	りらく / 木工
22日(水)			パソコン教室 / 書道		ウォーキング
23日(木)	休み				
24日(金)	朝の活動	ミーティング	ホールで体操	アットホームメイド部 ひらめき☆スイッチ
25日(土) 26日(日)	休み				
27日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	おすすめチョイス
28日(火)			CBT		アロマ&ハーブ 木工
29日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / ウォーキング
30日(木)			就労準備ミーティング やさしい英会話 / 園芸		マインドフルネス / プチアトリエ

※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。