

令和5年 1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(日)	休み				
2日(月)					
3日(火)					
4日(水)	朝の活動	ミーティング	書道 (書初め)	昼食・お昼の活動	お正月お楽しみイベント
5日(木)			新春ウォーキング		あかりさんのハッピーミュージックカフェ
6日(金)			新春卓球大会		新春卓球大会 CBT②
7日(土)	休み				
8日(日)					
9日(月)					
10日(火)	朝の活動	ミーティング	リズム倶楽部 / CBT① 陶芸	昼食・お昼の活動	アロマ&ハーブ / 木工
11日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 卓球
12日(木)			園芸		マインドフルネス / ウォーキング
13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
14日(土)	休み				
15日(日)					
16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
17日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
18日(水)			パソコン教室 / 書道		シネマクラブ
19日(木)			就労準備ミーティング 園芸		マインドフルネス / ウォーキング
20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
21日(土)	休み				
22日(日)					
23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
24日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
25日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 卓球
26日(木)			園芸		マインドフルネス / ウォーキング
27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
28日(土)	休み				
29日(日)					
30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
31日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工

※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。