

令和5年 3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	卓球/CBT③基礎と振り返り
2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
3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
4日(土)	休み				
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 / 楽器くらぶ アトリエ
7日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
8日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 卓球
9日(木)			園芸		マインドフルネス / ウォーキング
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)	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 / 楽器くらぶ アトリエ
14日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
15日(水)			パソコン教室 / 書道		シネマクラブ/CBT③基礎と振り返り
16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
17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
18日(土)	休み				
19日(日)	休み				
20日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
21日(火)	休み				
22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 / 卓球
23日(木)			園芸		マインドフルネス / ウォーキング
24日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT②
25日(土)	休み				
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	パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
28日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
29日(水)			パソコン教室 / 書道		卓球/CBT③基礎と振り返り
30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
31日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT②

※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。