

令和5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(金)	朝の活動	ミーティング	フレンズ夏祭り		フレンズ夏祭り
2日(土)	休み				
3日(日)					
4日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
5日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
6日(水)			パソコン教室 / 書道		革細工 CBT③基礎と振り返り
7日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ゆるジム
8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
9日(土)	休み				
10日(日)					
11日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
12日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
13日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 革細工
14日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ゆるジム
15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
16日(土)	休み				
17日(日)					
18日(月)					
19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	りらく / 木工
20日(水)			パソコン教室 / 書道		革細工 CBT③基礎と振り返り
21日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ゆるジム
22日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT②
23日(土)	休み				
24日(日)					
25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	自主パソコン教室 / 楽器くらぶ アトリエ
26日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
27日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 革細工
28日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス / ゆるジム
29日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT②
30日(土)	休み				

★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）
 その他、ウクレレ、読書など。

※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。