

令和5年 8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(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
2日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 革細工
3日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス
4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
5日(土)	休み				
6日(日)	休み				
7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
8日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
9日(水)			パソコン教室 / 書道		革細工 CBT③基礎と振り返り
10日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス
11日(金)	休み				
12日(土)	休み				
13日(日)	休み				
14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
15日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
16日(水)			第3回カラオケ大会/書道		アサーション / 革細工
17日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス
18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
19日(土)	休み				
20日(日)	休み				
21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
22日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
23日(水)			パソコン教室 / 書道		革細工 CBT③基礎と振り返り
24日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス
25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
26日(土)	休み				
27日(日)	休み				
28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
29日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		りらく / 木工
30日(水)			パソコン教室 / 書道		アサーション / 革細工
31日(木)			園芸 / シネマクラブ		マインドフルネス
9月1日(金)			フレンズ夏祭り		フレンズ夏祭り

★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。
カラオケ（月曜午前）、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。