

令和6年 8月 精神科デイケア 月間予定表

日付	9:00~9:30	9:30	10:00~12:00		13:30~15:30
1日(木)	朝の活動	ミーティング	園芸	昼食・お昼の活動	マインドフルネス / ゆるジム
2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
3日(土)	休み				
4日(日)	休み				
5日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
6日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
7日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		CBT③基礎と振り返り 革細工
8日(木)			園芸 / コグニサイズ		マインドフルネス / ゆるジム
9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
10日(土)	休み				
11日(日)	休み				
12日(月)	休み				
13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
14日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		アサーション / 革細工
15日(木)			園芸 / コグニサイズ		マインドフルネス / ゆるジム
16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
17日(土)	休み				
18日(日)	休み				
19日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
20日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		プチマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
21日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		CBT③基礎と振り返り 革細工 / 涼のお茶会 🌿
22日(木)			園芸 / コグニサイズ		マインドフルネス
23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
24日(土)	休み				
25日(日)	休み				
26日(月)	朝の活動	ミーティング	お仕事探検隊 / 体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
27日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		🌙 りらく / 木工
28日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		アサーション / 革細工
29日(木)			園芸 / コグニサイズ		マインドフルネス / ゆるジム
30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
31日(土)	休み				

★各プログラム時には【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AM・金PM）少人数卓球（水PM）、ゲーム（火水PM）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。