

令和7年 6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)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
3日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
4日(水)			パソコン教室 / 書道 ★ りらくでマイドフルネス		CBT③基礎と振り返り あじさい見学
5日(木)			園芸 / カンタービレ		マインドフルネス ゆるジム or ウォーキング
6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 / 自主カラオケ
7日(土)	休み				
8日(日)	休み				
9日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
10日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
11日(水)			パソコン教室 / 書道 ★ りらくでマイドフルネス		アサーション / 革細工
12日(木)			園芸 / カンタービレ		マインドフルネス ゆるジム or 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 / 自主カラオケ
14日(土)	休み				
15日(日)	休み				
16日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ / お仕事探検隊	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
17日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
18日(水)			パソコン教室 / 書道 ★ りらくでマイドフルネス		CBT③基礎と振り返り 革細工 / 和スイーツ作り
19日(木)			園芸 / カンタービレ		マインドフルネス ゆるジム or ウォーキング
20日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT② / 自主カラオケ
21日(土)	休み				
22日(日)	休み				
23日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
24日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
25日(水)			パソコン教室 / 書道 ★ りらくでマイドフルネス		アサーション / 革細工
26日(木)			園芸 / カンタービレ		マインドフルネス ゆるジム or ウォーキング
27日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部 CBT② / 自主カラオケ
28日(土)	休み				
29日(日)	休み				
30日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ		楽器くらぶ / アトリエ

★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AM・金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。
※ウォーキングは天候により変更があります。

※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。