

令和7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(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるジム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
2日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 自主陶芸		moreマインドフルネス / 自主木工
3日(水)			書道 / りらくでマイドフル		アサーション / 革細工
4日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
5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
6日(土)	休み				
7日(日)	休み				
8日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるジム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
9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
10日(水)			書道 / りらくでマイドフル		CBT③基礎と振り返り 革細工
11日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ / 合同面接会 
12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
13日(土)	休み				
14日(日)	休み				
15日(月)	休み				
16日(火)	朝の活動	ミーティング	リズム倶楽部 / CBT① 陶芸	ひるジム・個別活動	moreマインドフルネス / 木工
17日(水)			書道 / りらくでマイドフル		アサーション / 革細工
18日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
19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
20日(土)	休み				
21日(日)	休み				
22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 ゆるジム&ウォーキング
23日(火)	休み				
24日(水)	朝の活動	ミーティング	書道 / りらくでマイドフル	ひるジム・個別活動	CBT③基礎と振り返り 自主革細工
25日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
26日(金)			ホールで体操		 お月見カラオケ大会 
27日(土)	休み				
28日(日)	休み				
29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 	ひるジム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
30日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工

※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。

★各プログラム時間には【自主活動】があります。カラオケ（月AM・金PM）ゲーム（火水PM）
野菜の袋詰め（木PM）個別プログラムとしてパソコン教室・クッキング等もあります。
※ウォーキングは天候により変更があります。