

令和7年 12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)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工		
3日(水)			書道 / りらくでマイド フルネス		CBT③基礎と振り返り 自主革細工		
4日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ(アートバザール見学)		
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/ 自主カラオケ CBT②		
6日(土)	休み						
7日(日)							
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)			リズム俱楽部 / 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 フルネス		アサーション / 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		
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/ 自主カラオケ CBT② (アニメ療法)		
13日(土)	休み						
14日(日)							
15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		
16日(火)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工		
17日(水)			書道 / りらくでマイド フルネス		CBT③基礎と振り返り 自主革細工		
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 ひらめき☆スイッチ		アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT②		
20日(土)	休み						
21日(日)							
22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	ゆるジム&ウォーキング		
23日(火)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工		
24日(水)			書道 / りらくでマイド フルネス		アサーション / 革細工		
25日(木)			クリスマス会				
26日(金)			ホールで体操		アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT② (アニメ療法)		
27日(土)	休み						
28日(日)							
29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		
30日(火)			フレンズ大掃除 		ゆく年くる年フレンズ 		
31日(水)	休み						
★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。							

※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。