

※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。

令和8年 2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	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるジム・個別活動 樂器くらぶ ゆるジム&ウォーキング moreマインドフルネス / 木工 CBT③基礎と振り返り 自主革細工 Basicマインドフルネス アトリエ アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT②
3日(火)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸	
4日(水)			書道 / りらくでマイド フルネ	
5日(木)			園芸 / カンタービレ	
6日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ	
7日(土)				休み
8日(日)				休み
9日(月)	朝の活動 ミーティング	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるジム・個別活動 樂器くらぶ ゆるジム&ウォーキング moreマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
10日(火)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸	
11日(水)				休み
12日(木)	朝の活動 ミーティング	ミーティング	園芸 / カンタービレ	ひるジム・個別活動 Basicマインドフルネス アトリエ アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT②
13日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ	
14日(土)				休み
15日(日)				休み
16日(月)	朝の活動 ミーティング	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 樂器くらぶ ゆるジム&ウォーキング moreマインドフルネス / 木工 CBT③基礎と振り返り 自主革細工 Basicマインドフルネス アトリエ アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT②
17日(火)			リズム俱楽部 / CBT① 陶芸	
18日(水)			書道 / りらくでマイド フルネ	
19日(木)			園芸 / カンタービレ	
20日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ	
21日(土)				休み
22日(日)				休み
23日(月)				休み
24日(火)	朝の活動 ミーティング	ミーティング	リズム俱楽部 / CBT① 陶芸	ひるジム・個別活動 moreマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工 アサーション / 革細工 Basicマインドフルネス アトリエ アットホームメイド部/ 自主カラオケ CBT②
25日(水)			書道 / りらくでマイド フルネ	
26日(木)			園芸 / カンタービレ	
27日(金)			ホールで体操 ひらめき☆スイッチ	
28日(土)				休み
<p>★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。</p> <p>※今月は、梅の花を見に行こう！ウォーキングイベントがあります！</p>				