

令和8年 8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(土)	休み				
2日(日)	休み				
3日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるシム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
4日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
5日(水)			書道 / りらくでマインドフルネス		CBT③基礎と振り返り 自主革細工
6日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
7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
8日(土)	休み				
9日(日)	休み				
10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 / よさこい観覧 
11日(火)	休み				
12日(水)	朝の活動	ミーティング	書道 / りらくでマインドフルネス	ひるシム・個別活動	アサーション / 革細工
13日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
14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
15日(土)	休み				
16日(日)	休み				
17日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球 自主カラオケ	ひるシム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
18日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
19日(水)			書道 / りらくでマインドフルネス		CBT③基礎と振り返り 自主革細工
20日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
21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
22日(土)	休み				
23日(日)	休み				
24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	ひるシム・個別活動	楽器くらぶ ゆるジム&ウォーキング
25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
26日(水)			書道 / りらくでマインドフルネス		アサーション / 革細工
27日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
28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
29日(土)	休み				
30日(日)	休み				
31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

※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。