

令和8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(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
2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
3日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
4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
5日(土)	休み				
6日(日)	休み				
7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
8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
9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
10日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
11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
12日(土)	休み				
13日(日)	休み				
14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
15日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
16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
17日(木)			園芸 / カンタービレ		Basicマインドフルネス アトリエ
18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
19日(土)	休み				
20日(日)	休み				
21日(月)	休み				
22日(火)	休み				
23日(水)	休み				
24日(木)	朝の活動	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
25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
26日(土)	休み				
27日(日)	休み				
28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
29日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		moreマインドフルネス / 木工
30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
★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。					

※プログラムが当日に変更になる場合があります。ご了承ください。

