

令和6年 6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)					
3日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
4日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		🌙 りらく / 木工
5日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		アサーション / 革細工
6日(木)			園芸 / ウォーキング (木曜日)		マインドフルネス / あじさいお花見
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 CBT②
8日(土)	休み				
9日(日)					
10日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	アトリエ / 楽器くらぶ
11日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		アロマ&ハーブ / 木工
12日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		CBT③基礎と振り返り 革細工 / 初夏のお茶会
13日(木)			園芸 / ウォーキング (木曜日) FREZAP		マインドフルネス / ゆるジム
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 CBT②
15日(土)	休み				
16日(日)					
17日(月)	朝の活動	ミーティング	体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
18日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		🌙 りらく / 木工
19日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		アサーション / 革細工
20日(木)			園芸 / ウォーキング (木曜日)		マインドフルネス / ゆるジム
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 CBT②
22日(土)	休み				
23日(日)					
24日(月)	朝の活動	ミーティング	お仕事探検隊 / 体操 / 卓球	昼食・お昼の活動	アトリエ / 楽器くらぶ
25日(火)			リズム倶楽部 / CBT① 陶芸		プチマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
26日(水)			パソコン教室 / 書道 / ☀️ りらく		CBT③基礎と振り返り 革細工
27日(木)			園芸 / ウォーキング (木曜日) FREZAP		マインドフルネス / ゆるジム
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 CBT②
29日(土)	休み				
30日(日)					

★各プログラム時間には【自主活動】もあります。一人または少人数でできる活動を行っています。
 少人数卓球(水、木、金午後)、パズル(月午後)、野菜の袋詰め(木午後)
 その他、ウクレレ、読書、ウォーキングなど。

※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。