

令和6年 7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	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
2日(火)				りらく / 木工
3日(水)				アサーション / 革細工
4日(木)				マインドフルネス / ゆるジム
5日(金)				アットホームメイド部 CBT②
6日(土)	休み			
7日(日)	休み			
8日(月)	朝の活動	ミーティング	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
9日(火)				アロマ&ハーブ / 木工
10日(水)				CBT③基礎と振り返り 革細工 / 夏(文月)のお茶会
11日(木)				マインドフルネス / ゆるジム
12日(金)				アットホームメイド部 CBT②
13日(土)	休み			
14日(日)	休み			
15日(月)	休み			
16日(火)	朝の活動	ミーティング	昼食・お昼の活動	りらく / 木工
17日(水)				学生レクリエーション
18日(木)				マインドフルネス / ゆるジム
19日(金)				アットホームメイド部 CBT②
20日(土)	休み			
21日(日)	休み			
22日(月)	朝の活動	ミーティング	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
23日(火)				プチマインドフルネス アロマ&ハーブ / 木工
24日(水)				CBT③基礎と振り返り 革細工
25日(木)				マインドフルネス / ゆるジム
26日(金)				アットホームメイド部 CBT②
27日(土)	休み			
28日(日)	休み			
29日(月)	朝の活動	ミーティング	昼食・お昼の活動	楽器くらぶ / アトリエ
30日(火)				りらく / 木工
31日(水)				アサーション / 革細工

★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。