




精神科 第2デイケア プログラム

2023年 5月



	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
午前	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	カーリング	 ゴールデンウィーク 		
午後	全体ミーティング	間違い探し			
	減量				
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	運動プログラム (棒体操)	スカットボール	運動プログラム (タオル体操)	脳トレ (マツチ棒)	グループ創作
午後	ポケットボール	脳トレ (マツチ棒)	ペン字書道	ボウリング	輪投げ
	減量		生活向上委員会		体力維持
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	運動プログラム (エアロビ)	ラダーゲッター	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (連想ゲーム)	グループ創作
午後	ジェスチャーゲーム	ボードゲーム 塗り絵	全体清掃	映画ミーティング	ポッチャ
	減量		モルック		体力維持
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	運動プログラム (ヨガ)	お手玉ダーツ	運動プログラム (卓球)	脳トレ (冷蔵庫)	5月レク
午後	みんなで考えよう	カローリング	俳句・川柳	映画鑑賞	
	減量		生活向上委員会		
	29日	30日	31日		
午前	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	射的	運動プログラム (エアロビ)		
午後	山手線ゲーム	カラオケ	ストラックアウト		
	減量				
	糖尿病教室				