

精神科 第2デイケア プログラム

2023年 9月



	月	火	水	木	金
					1日
午前					グループ創作
午後					ストラックアウト
	4日	5日	6日	7日	8日
午前	卓球	ボーリング	運動プログラム (エアロビ)	脳トレ (間違い探し)	グループ創作
午後	全体ミーティング	全体清掃・歩こう会		歩こう会	ボードゲーム
	減量	体育館 iPad体操	ポケットボール	音楽鑑賞	塗り絵
	11日	12日	13日	14日	15日
午前	運動プログラム (音楽体操)	輪投げ	運動プログラム (タオル体操)	脳トレ (マッチ棒)	グループ創作
午後	フルーツバスケット	歩こう会	全体清掃	歩こう会	ペン字・書道
	減量	スカットボール	ラダーゲッター	映画ミーティング	体力維持
	18日	19日	20日	21日	22日
午前	敬老の日	ポッチャ	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (連想ゲーム)	9月レク
午後		歩こう会		全体清掃・歩こう会	
		みんなで考えよう	山手線ゲーム	映画鑑賞	
	25日	26日	27日	28日	29日
午前	運動プログラム (ヨガ・ストレッチ)	脳トレ (心をひとつに)	運動プログラム (棒体操)	脳トレ (iPad)	風船バレー
午後	俳句・川柳	歩こう会		歩こう会	全体清掃
	減量	お手玉ダーツ	カローリング	カラオケ	射的
	糖尿病教室	レジン			体力維持