





精神科 第2デイケア プログラム

2023年 10月



	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日
午前	運動プログラム (音楽体操)	ボーリング	運動プログラム (卓球)	脳トレ (連想ゲーム)	グループ創作
午後	全体ミーティング 減量	振こう会 輪投げ	伝言ゲーム 生活向上委員会	振こう会・全体清掃 音楽鑑賞	フルーツ バスケット 体力維持
	9日	10日	11日	12日	13日
午前	 スポーツの日	スカットボール	運動プログラム (ダンベルスト レッチ)	脳トレ (冷蔵庫の中身 は)	グループ創作
午後		振こう会 ストラックアウト レジシ	全体清掃 風船バレー	振こう会 映画ミーティング	ボードゲーム・ 塗り絵 体力維持
	16日	17日	18日	19日	20日
午前	運動プログラム (棒体操)	ラダーゲッター	運動プログラム (ヨガストレッチ)	脳トレ (間違い探し)	グループ創作
午後	みんなで考えよう 減量	振こう会・全体清掃 体育館 ipad体操	山手線ゲーム 生活向上委員会	振こう会 映画鑑賞	射的 体力維持
	23日	24日	25日	26日	27日
午前	運動プログラム (タオル体操)	心を一つに	運動プログラム (エアロビ)	脳トレ (マッチ棒)	10月レク 
午後	全体清掃 俳句・川柳 塗り絵 減量	振こう会 お手玉ダーツ レジシ	カローリング	振こう会 カラオケ	
	30日	31日			
午前	運動プログラム (ダンベルスト レッチ)	ポッチャ			
午後	ペン字・書道 減量 糖尿病教室	振こう会・全体清掃 体育館 ipad体操			