

精神科 第2デイケア プログラム

2023年 11月



	月	火	水	木	金
			1日	2日	3日
午前			運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (間違い探し)	 文化の日
午後			輪投げ	音楽鑑賞	
	6日	7日	8日	9日	10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 (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	振こう会	全体清掃	振こう会	ボードゲーム ・塗り絵
	減量	レジン	生活向上委員会	カラオケ	体力維持
	13日	14日	15日	16日	17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 (ヨガ・ストレッチ)	脳トレ (心を一つに)	 11月レク
午後	俳句・川柳	振こう会	風船バレー	映画ミーティング	
	減量	体育館 ipad体操			
	20日	21日	22日	23日	24日
午前	運動プログラム (タオル体操)	お手玉ダーツ	運動プログラム (棒体操)	 勤労感謝の日	グループ創作
午後	みんなで考えよう	振こう会	スカットボール		全体清掃
	減量	カローリング	生活向上委員会		フルーツ バスケット
	27日	28日	29日	30日	
午前	運動プログラム (エアロビ)	ポッチャ	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (iPad)	
午後	ペン字・書道	振こう会		振こう会・全体清掃	
	減量 糖尿病教室	体育館 ipad体操	ポケットボール	映画鑑賞	