

精神科 第2デイケア プログラム

2024年 1月



	月 1日	火 2日	水 3日	木 4日	金 5日
午前				脳トレ (連想ゲーム)	グループ創作
午後				歩こう会	音楽鑑賞
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	 成人の日	お手玉ダーツ	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (iPad)	グループ創作
午後		全体清掃・歩こう会 3DC合同体育館 iPad体操	輪投げ 生活向上委員会	歩こう会 カラオケ	ボードゲーム・ 塗り絵 体力維持
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	運動プログラム (リズム体操)	脳トレ (心をひとつに)	運動プログラム (タオル体操)	脳トレ (間違い探し)	グループ創作
午後	全体ミーティング 減量	歩こう会 ストラックアウト	全体清掃 映画ミーティング	歩こう会 初詣	射的 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)	脳トレ (マッシュ棒)	ポッチャ	カローリング	1月レク
午後	みんなで考えよう 減量	歩こう会 ボーリング	山手線ゲーム 生活向上委員会	全体清掃・歩こう会 映画鑑賞	
	29日	30日	31日		
午前	運動プログラム (棒体操)	モルック	運動プログラム (卓球)		
午後	俳句・川柳 減量 糖尿病教室	歩こう会 ジェスチャーゲーム	風船バレー		