

# 精神科 第2デイケア プログラム

## 2024年 4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 (ヨガ)	ボウリング	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	脳トレ (間違い探し)	グループ創作
午後	全体ミーティング 顔合わせ	歩こう会		全体清掃・歩こう会	
午前	運動プログラム (タオル体操)	ストラックアウト	運動プログラム (エアロビ)	脳トレ (心を一つに)	グループ創作
午後	フルーツバスケット	3DC合同体育館	輪投げ	カラオケ	ラダーゲッター
午前	運動プログラム (棒体操)	ポッチャ	運動プログラム (卓球)	脳トレ (iPad)	グループ創作
午後	みんなで考えよう 選択プログラム①	山手線ゲーム	スカットボール	映画ミーティング	ボードゲーム 選択プログラム③
午前	運動プログラム (ダンベルストレッチ)	お手玉ダーツ	運動プログラム (リズム体操)	脳トレ (連想ゲーム)	グループ創作
午後	全体清掃 ペン字・書道 選択プログラム① 糖尿病教室	歩こう会 体育館	カローリング 選択プログラム②	歩こう会 映画鑑賞	風船バレー 選択プログラム③
午前	昭和の日 	ポケットボール			
午後		歩こう会 俳句川柳			