

# 精神科 第2デイケア プログラム

## 2024年 5月



	月	火	水	木	金
			1日	2日	3日
午前			運動プログラム (卓球)	脳トレ (冷蔵庫の中身は)	 憲法記念日
午後			風船バレー	歩こう会 輪投げ	
	6日	7日	8日	9日	10日
午前	 振替休日	ラダーゲッター	運動プログラム (棒体操)	脳トレ (マツチ棒)	グループ創作
午後		歩こう会 モルック レジン	全体清掃 ストラックアウト	歩こう会 カラオケ	ボードゲーム・ 塗り絵 体力維持
	13日	14日	15日	16日	17日
午前	運動プログラム (ヨガ)	脳トレ (ipad)	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 生活改善	歩こう会 3DC合同体育館	ポケットボール	歩こう会・全体清掃 映画ミーティング	射的 体力維持
	20日	21日	22日	23日	24日
午前	運動プログラム (エアロビ)	ボウリング	運動プログラム (タオル体操)	脳トレ (連想ゲーム)	5月レク 
午後	みんなで考えよう 減量	歩こう会 ペン字・書道 レジン	全体清掃 カローリング	歩こう会 映画鑑賞	
	27日	28日	29日	30日	31日
午前	運動プログラム (卓球)	フルーツ バスケット	運動プログラム (リズム体操)	脳トレ (心をひとつに)	グループ創作
午後	俳句・川柳 生活改善 糖尿病教室	歩こう会 体育館	ポッチャ 調理	歩こう会 お手玉ダーツ	全体清掃 山手線ゲーム 体力維持