

精神科 第2デイケア プログラム

2024年 9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 (エアロビ)	ボウリング	運動プログラム (ヨガ)	脳トレ (マツチ棒)	グループ創作
午後	全体ミーティング 減量	歩こう会 ラダーゲッター	糖尿病教室 風船バレー	歩こう会 音楽鑑賞 バレーボール	全体清掃 お手玉ダーツ 体力維持
	9日	10日	11日	12日	13日
午前	運動プログラム (リズム体操)	ポッチャ	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	射的 生活改善	歩こう会 スポーツ 女性クラブ	全体清掃 モルック	歩こう会 カラオケ	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	 敬老の日	スカットボール	運動プログラム (タオル体操)	脳トレ (冷蔵庫の中身は)	グループ創作
午後		歩こう会 みんなで考えよう	糖尿病教室 ジェスチャーゲーム	歩こう会・全体清掃 映画ミーティング バレーボール	輪投げ 体力維持
	23日	24日	25日	26日	27日
午前	 振替休日	俳句・川柳	運動プログラム (棒体操)	脳トレ (心をひとつに)	9月シク 
午後		歩こう会・全体清掃 スポーツ 女性クラブ	カローリング 調理	歩こう会 映画鑑賞 バレーボール	
	30日				
午前	運動プログラム (ダンベルストレッチ)				
午後	全体清掃 山手線ゲーム 減量				