

南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

令和5年 5月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
1日(月)	健康体操	5月の歳時記	ポッチャ	ガーデニング	計算・自主活動
2日(火)	レッツダンス	脳いきいき	卓球	フリータイム	自主活動
6日(土)	筋力アップ	書道&短歌&俳句など	懐かしの音楽鑑賞	はじめてのパソコン	自主活動
8日(月)	みんなのミーティング		みんなでドミノ	木工・手芸	自主活動
9日(火)	ゆったりストレッチ	計算／自主活動	太極拳	室内ゲーム	自主活動
10日(水)	エクササイズ	ぬり絵	卓球	ジクソーパズル	漢字・自主活動
12日(金)	筋力アップ	ペン習字	レッツエクササイズ	ガーデニング	自主活動
13日(土)	散歩	ちぎり絵	フットサル	スクラッチアート	自主活動
15日(月)	卓球教室	切り絵	みんなの時間		自主活動
16日(火)	マインドフルネス	工作	ゲーム	絵手紙	庭散策・自主活動
17日(水)	健康体操	室内ゲーム	筋力アップ	木工・手芸	自主活動
19日(金)	エクササイズ	いどばた	芸術鑑賞	脳いきいき	自主活動
20日(土)	ゆったりストレッチ	フリータイム	みんなでドミノ	切り絵	運動・自主活動
22日(月)	音楽鑑賞	書道&短歌&俳句など	OTの時間		自主活動
23日(火)	筋力アップ	ちぎり絵	ポッチャ	茶道に親しむ	自主活動
24日(水)	ゆったりストレッチ	パズル／自主活動	レッツダンス	コラージュの時間	自主活動
26日(金)	散歩	ぬり絵	はじめてのエアロビ	カレンダー作り	パズル・自主活動
27日(土)	マインドフルネス	ペン習字	卓球	ジクソーパズル	自主活動
29日(月)	ゲーム	いどばた	アートセラピー	やってみようよ	自主活動
30日(火)	健康体操	読書の時間	音楽鑑賞	ガーデニング	自主活動
31日(水)	筋力アップ	脳いきいき	ちょっと聞いてよ	スクラッチアート	自主活動

※熱中症予防の為、水分・帽子・タオルを忘れずにご持参ください！