

南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

令和5年 11月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
1日(水)	健康体操	11月の歳時記	レッツエクササイズ	切り絵	自主活動
4日(土)	ゆったりストレッチ	書道&短歌&俳句など	ゲーム	木工・手芸	自主活動
6日(月)	みんなのミーティング		散策	スクラッチアート	計算・自主活動
7日(火)	エクササイズ	ぬり絵	太極拳	ジクソーパズル	自主活動
8日(水)	筋力アップ	脳いきいき	卓球	フリータイム	自主活動
10日(金)	音楽鑑賞	読書の時間	ポッチャ	室内ゲーム	自主活動
11日(土)	健康体操	いどばた	みんなでドミノ	ガーデニング	パズル・自主活動
13日(月)	ゆったりストレッチ	工作	みんなの時間		自主活動
14日(火)	ゲーム	ちぎり絵	ショッピング	茶道に親しむ	自主活動
15日(水)	マインドフルネス	ペン習字	フットサル	絵手紙	自主活動
17日(金)	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	庭散策・自主活動
18日(土)	卓球教室	切り絵	カラオケ	はじめてのパソコン	自主活動
20日(月)	懐かしの音楽鑑賞	文化祭準備	デイケア 文化祭		自主活動
21日(火)	ゆったりストレッチ	書道&短歌&俳句など	はじめてのエアロビ	ガーデニング	自主活動
22日(水)	レッツダンス	ぬり絵	芸術鑑賞	コラージュの時間	運動・自主活動
24日(金)	健康体操	いどばた	卓球	ジクソーパズル	自主活動
25日(土)	マインドフルネス	ペン習字	音楽鑑賞	脳いきいき	自主活動
27日(月)	筋力アップ	フリータイム	アートセラピー	木工・手芸	自主活動
28日(火)	ナースの時間		ポッチャ	カレンダー作り	漢字・自主活動
29日(水)	散歩	室内ゲーム	みんなでドミノ	やってみようよ	自主活動

※寒くなるので、体調にはお気をつけ下さい

※手洗い・うがいをして感染予防に努めましょう