

南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

令和6年 9月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
2日(月)	筋力アップ	9月の歳時記	ボッチャ	ちぎり絵	自主活動
3日(火)	みんなのミーティング		カラオケ	木工・手芸	自主活動
4日(水)	ゆったりストレッチ	書道&短歌&俳句など	卓球	ジクソーパズル	ゲーム・自主活動
6日(金)	音楽鑑賞	ぬり絵	筋力アップ	室内ゲーム	自主活動
7日(土)	健康体操	いどばた	午後のストレッチ	コラージュの時間	自主活動
9日(月)	ゆったりストレッチ	ガーデニング	ゲーム	はじめてのパソコン	自主活動
10日(火)	筋力アップ	フリータイム	みんなの時間		パズル・自主活動
11日(水)	エクササイズ	脳いきいき	みんなでドミノ	スクラッチアート	自主活動
13日(金)	卓球教室	工作	太極拳	ちぎり絵	自主活動
14日(土)	マインドフルネス	切り絵	ちょっと聞いてよ	木工・手芸	自主活動
17日(火)	ゆったりストレッチ	ペン習字	芸術鑑賞	絵手紙	自主活動
18日(水)	健康体操	室内ゲーム	ショッピング	フリータイム	自主活動
20日(金)	筋力アップ	書道&短歌&俳句など	カラオケ	ジクソーパズル	運動・自主活動
21日(土)	ゆったりストレッチ	ガーデニング	みんなでドミノ	やってみようよ	自主活動
24日(火)	ゲーム	ぬり絵	卓球	カレンダー作り	自主活動
25日(水)	PSWの時間		音楽鑑賞	切り絵	自主活動
27日(金)	ゆったりストレッチ	脳いきいき	ボッチャ	茶道に親しむ	自主活動
28日(土)	筋力アップ	ペン習字	はじめてのエアロビ	読書の時間	計算・自主活動
30日(月)	マインドフルネス	いどばた	アートセラピー	スクラッチアート	自主活動

※手洗い・うがいをして感染予防に努めましょう。

※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！