

南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

令和6年 11月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
1日(金)	筋力アップ	11月の歳時記	カラオケ	ジクソーパズル	自主活動
2日(土)	ゆったりストレッチ	いどばた	芸術鑑賞	はじめてのパソコン	自主活動
5日(火)	健康体操	書道&短歌&俳句など	卓球	木工・手芸	漢字・自主活動
6日(水)	音楽鑑賞	脳いきいき	午後のストレッチ	室内ゲーム	自主活動
8日(金)	みんなのミーティング		ポッチャ	絵手紙	自主活動
9日(土)	ゲーム	切り絵	庭散策	ちぎり絵	自主活動
11日(月)	マインドフルネス	ぬり絵	ショッピング	スクラッチアート	運動・自主活動
12日(火)	ゆったりストレッチ	ペン習字	太極拳	コラージュの時間	自主活動
13日(水)	筋力アップ	工作	みんなでドミノ	ガーデニング	自主活動
15日(金)	散歩	フリータイム	みんなの時間		自主活動
16日(土)	健康体操	脳いきいき	卓球	ジクソーパズル	ゲーム・自主活動
18日(月)	エクササイズ	室内ゲーム	カラオケ	ちぎり絵	自主活動
19日(火)	懐かしの音楽鑑賞	文化祭準備	デイケア文化祭		自主活動
20日(水)	ゆったりストレッチ	書道&短歌&俳句など	ポッチャ	茶道に親しむ	自主活動
22日(金)	マインドフルネス	ペン習字	筋力アップ	スクラッチアート	パズル・自主活動
25日(月)	ナースの時間		アートセラピー	やってみようよ	自主活動
26日(火)	筋力アップ	切り絵	ゲーム	ガーデニング	自主活動
27日(水)	卓球教室	読書の時間	ちょっと聞いてよ	カレンダー作り	カラオケ・自主活動
29日(金)	ゆったりストレッチ	計算テスト	音楽鑑賞	木工・手芸	自主活動
30日(土)	筋力アップ	ぬり絵	みんなでドミノ	フリータイム	自主活動

※手洗い・うがいをして感染予防に努めましょう。

※寒くなってきましたので、体調にはお気をつけください。