

# 南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

## 令和7年 4月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
1日(火)	筋力アップ	4月の歳時記	ボッチャ	はじめてのパソコン	自主活動
2日(水)	音楽鑑賞	ぬり絵	太極拳	フリータイム	ゲーム・自主活動
4日(金)	ゆったりストレッチ	脳いきいき	お花見	スクラッチアート	自主活動
5日(土)	みんなのミーティング		午後のストレッチ	ジグソーパズル	自主活動
7日(月)	マインドフルネス	ペン習字	カラオケ	木工・手芸	自主活動
8日(火)	健康体操	書道・短歌・俳句	ショッピング	ちぎり絵	運動・自主活動
9日(水)	ゆったりストレッチ	計算テスト	懐かしの音楽鑑賞	室内ゲーム	自主活動
11日(金)	ゲーム	いどばた	みんなでドミノ	ガーデニング	自主活動
12日(土)	筋力アップ	脳いきいき	みんなの時間		自主活動
14日(月)	散歩	ぬり絵	卓球	切り絵	カラオケ・自主活動
15日(火)	ゆったりストレッチ	工作	芸術鑑賞	コラージュの時間	自主活動
16日(水)	筋力アップ	読書の時間	ちょっと聞いてよ	木工・手芸	自主活動
18日(金)	マインドフルネス	パズル/自主活動	ボッチャ	茶道に親しむ	自主活動
19日(土)	エクササイズ	ペン習字	カラオケ	スクラッチアート	庭散策・自主活動
21日(月)	筋力アップ	フリータイム	音楽鑑賞	ジグソーパズル	自主活動
22日(火)	卓球教室	室内ゲーム	アートセラピー	絵手紙	自主活動
23日(水)	ゆったりストレッチ	書道・短歌・俳句	筋力アップ	カレンダー作り	自主活動
25日(金)	健康体操	ぬり絵	庭散策	やってみよう	パズル・自主活動
26日(土)	フットサル	ちぎり絵	ゲーム	ガーデニング	自主活動
28日(月)	ゆったりストレッチ	いどばた	OTの時間		自主活動
30日(水)	筋力アップ	切り絵	卓球	脳いきいき	自主活動

※手洗い・うがいをして感染予防に努めましょう。