

# 南勢病院精神科デイケア・デイナイトケア

## 令和8年 5月のプログラム

	午 前		午 後		ナ イ ト
	①	②	①	②	
1日(金)	ガーデニング	5月の歳時記	ポッチャ	木工・手芸	自主活動
2日(土)	健康体操	ペン習字	卓球	パズル/自主活動	
8日(金)	みんなのミーティング		森林浴	コラージュの時間	カラオケ・自主活動
9日(土)	音楽鑑賞	フリータイム	カラオケ	ちぎり絵	自主活動
11日(月)	マインドフルネス	室内ゲーム	芸術鑑賞	スクラッチアート	自主活動
12日(火)	健康体操	工作	ポッチャ	脳いきいき	自主活動
13日(水)	ゲーム	ぬり絵	卓球	はじめてのパソコン	パズル・自主活動
15日(金)	筋力アップ	切り絵	みんなの時間		自主活動
16日(土)	ゆったりストレッチ	いどばた	みんなでドミノ	ジグソーパズル	
18日(月)	卓球教室	読書の時間	太極拳	フリータイム	自主活動
19日(火)	筋力アップ	ステンドグラスアート	ショッピング	絵手紙	運動・自主活動
20日(水)	健康体操	ペン習字	カラオケ	脳いきいき	自主活動
22日(金)	ゆったりストレッチ	書道・短歌・俳句など	レッツダンス	室内ゲーム	自主活動
23日(土)	筋力アップ	ぬり絵	ちょっと聞いてよ	スクラッチアート	
25日(月)	ガーデニング	いどばた	アートセラピー	やってみようよ	ゲーム・自主活動
26日(火)	ゲーム	ちぎり絵	音楽鑑賞	茶道に親しむ	自主活動
27日(水)	マインドフルネス	フリータイム	みんなでドミノ	カレンダー作り	自主活動
29日(金)	健康体操	脳いきいき	OTの時間		自主活動
30日(土)	ゆったりストレッチ	計算テスト	ポッチャ	フリータイム	

※第2・4火曜日PM 心理教育プログラム開催

※手洗い・うがいをして感染予防に努めましょう。