

精神科デイケア 予定表 (2023年12月)

	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前					ストレッチ	フリースペース
午後					音楽セラピー	
	4	5	6	7	8	9
午前	買い出しウォーキング	マッスルジム	モルック	ブックオフ散歩	クッキング	フリースペース
午後	皆で活動を決めよう面談	アート教室-クリスマスリース-	エンカウンター	ボードゲームカフェ	書道 句を詠もう	
	11	12	13	14	15	16
午前	アロマセラピー	外スポーツ	畑ベーカリー散歩	体操・レク	シャッフルトーク	フリースペース
午後	卓球	みんなのお悩み相談会	切り絵-クリスマス飾り-	ゼンタングル 個別手芸	皆で活動を決めよう面談	
	18	19	20	21	22	23
午前	メガドンキ散歩	クリスマス会準備	シネマ部プレゼン	卓球	クリスマス会-コンサート&ケーキデコレーション-	フリースペース
午後	心理教育プログラム 個別手芸	皆で活動を決めよう面談	レジン 個別手芸	パソコン教室 美文字教室	クリスマス会- ピンゴ-	
	25	26	27	28	29	30
午前	太極拳	ぶち散歩	シネマ部発表会	年忘れレクリエーション大会	アロマ&コミュニケーションゲーム	年末年始休暇
午後	コラージュ	音楽鑑賞会	皆で活動を決めよう面談	カラオケ大会	大掃除 お疲れ様会	