

精神科デイケア かけはしこころ



	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
							1 休み		
	2	3	4	5	6	7	8		
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	創作	グループ活動	机上活動	手芸	グループ活動	
13:30~14:30		環境整備	身体測定	自主活動	スタッフミーティング	図書館	机上活動	全体ミーティング	映画鑑賞
	9	10	11	12	13	14	15		
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	創作	グループ活動	机上活動	手芸	グループ活動	
13:30~14:30		テーブルゲーム	カラオケ	軽運動 かけはし・就労	軽運動 はつらつ	買い物	机上活動	選択軽運動(2種目)	選択活動
	16	17	18	19	20	21	22		
10:00~11:30	休み	海の日	机上活動	創作	グループ活動	机上活動	手芸	月間レク	
13:30~14:30			軽運動 かけはし・就労	軽運動 はつらつ	図書館	机上活動	薬剤師による心理教室		
	23	24	25	26	27	28	29		
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	創作	グループ活動	机上活動 買い物	手芸	グループ活動	
13:30~14:30		心理教室 (福地さん)	軽運動 かけはし・就労	軽運動 はつらつ	外出活動	机上活動	選択軽運動(2種目)	テーブルゲーム	カラオケ
	30	31							
10:00~11:30	休み	グループ活動							
13:30~14:30		選択活動							

とても暑い日が続きます。
つい冷たいものばかり食べてしまいがちですが、夏バテしないようにしっかりと食事・睡眠を心がけましょう！！