

精神科デイケア かけはしこころ



2月

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日		
					1	2	3		
10:00~11:30					机上活動	手芸	グループ活動		
13:30~14:30					自主活動 スタッフミーティング		全体ミーティング		休み
	4	5	6	7	8	9	10		
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	休み
13:30~14:30		テーブルゲーム	カラオケ	選択活動	図書館	机上活動	選択軽運動(2種目)	映画鑑賞	
	11	12	13	14	15	16	17		
10:00~11:30			机上活動	創作	グループ活動	机上活動	手芸	グループ活動	休み
13:30~14:30			有酸素運動 ヨガ	軽運動	買い物	机上活動	選択軽運動(2種目)	テーブルゲーム	
	18	19	20	21	22	23	24		
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	創作	グループ活動			休み	
13:30~14:30		心理教室 (福地さん)	有酸素運動 ヨガ	軽運動	図書館				机上活動
	25	26	27	28	29				
10:00~11:30			机上活動	創作	グループ活動	机上活動	手芸		
13:30~14:30			有酸素運動 ヨガ	軽運動	買い物	机上活動	選択軽運動(2種目)		