

# 精神科デイケア かけはしこころ



## 12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		4		5		6	
10:00～11:30		グループ活動		机上活動		グループ活動		机上活動	創作	グループ活動		休み	
13:30～14:30		環境整備	身体測定	自主活動		自主活動	スタッフミーティング	全体ミーティング		机上活動			
7		8		9		10		11		12		13	
10:00～11:30		グループ活動		机上活動 創作	ハンドメイド クラブ	グループ活動		机上活動	eスポーツクラブ	グループ活動		休み	
13:30～14:30		テーブルゲーム	カラオケ	有酸素運動 ヨガ	軽体操	選択活動		選択軽運動		机上活動			
14		15		16		17		18		19		20	
10:00～11:30		グループ活動		机上活動	創作	机上活動		机上活動	創作クラブ	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	軽体操	選択軽運動		選択軽運動		机上活動			
21		22		23		24		25		26		27	
10:00～11:30		グループ活動		机上活動	押し活クラブ	クリスマス 月間レク		机上活動	運動クラブ	グループ活動		休み	
13:30～14:30		机上活動		有酸素運動 ヨガ	軽体操			選択軽運動		年末大掃除 一年の振り返り			
28		29		30		31							
10:00～11:30		グループ活動		机上活動		年末年始休み							
13:30～14:30		テーブルゲーム	カラオケ	茶話会									

