

精神科デイケア かけはしこころ



1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					年末年始休み		休み			
13:30~14:30										
	4	5	6	7	8	9	10			
10:00~11:30	休み	身体測定	新年の抱負	机上活動	机上活動	机上活動	eスポーツ	グループ活動	休み	
13:30~14:30		自主活動	スタッフミーティング	テーブルゲーム	カラオケ	全体ミーティング	選択軽運動	机上活動		
	11	12	13	14	15	16	17			
10:00~11:30	休み			机上活動	ハンドメイドクラブ	グループ活動	机上活動	創作クラブ	グループ活動	休み
13:30~14:30				有酸素運動 ヨガ	軽体操	机上活動	映画鑑賞	選択軽運動	机上活動	
	18	19	20	21	22	23	24			
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	推し活クラブ		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	軽体操		選択軽運動	机上活動			
	25	26	27	28	29	30	31			
10:00~11:30	休み	グループ活動	机上活動	eスポーツ	グループ活動	机上活動	運動クラブ	グループ活動	休み	
13:30~14:30		テーブルゲーム	カラオケ	薬剤師 お薬教室	選択活動	選択軽運動	机上活動			