

精神科デイケア 予定表（2026年2月）

	月	火	水	木	金	土
	2	3	4	5	6	7
午前	卓球	セレクト活動	パン屋散歩	ストラックアウト	ガーデニング	休み
午後	セルフモニタリング	カラオケ大会	書道・句を詠もう	みんなで活動を決めよう／面談	節分〇×クイズ&鬼ワードしりとり	
	9	10	11	12	13	14
午前	みんなで活動を決めよう／面談	買い出し散歩	建国記念の日	ボクササイズ&風船バレー	冬あつめコラージュ	休み
午後	こころの防寒対策	ボードゲームカフェ		音楽鑑賞会	みんなで活動を決めよう／面談	
	16	17	18	19	20	21
午前	切り絵・折り紙	スイーツ作り	モルック	アート教室～革細工～	ガーデニング	休み
午後	折り紙配置ゲーム	アロマテラピー	みんなで活動を決めよう／面談	セレクト活動	ぬりえ	
	23	24	25	26	27	28
午前	天皇誕生日	みんなで活動を決めよう／面談	ととのえ茶会	ダンス&ゲートボール	セレクト活動	休み
午後		ゼンタングル	音和み	季節のかざり箱	冬ごもりボードゲーム大会	