

精神科デイケア 予定表（2023年9月）

	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前					中級SST	フリー スペース
午後					思い出部	
	4	5	6	7	8	9
午前	ガーデニング 自主活動	卓球	初級SST	ランダム体操	買い出しウォーキング	フリー スペース
午後	クッキング	コラージュ	皆で活動を決めよう 面談	音楽鑑賞会	活動ミーティング	
	11	12	13	14	15	16
午前	ガーデニング 自主活動	マッスルジム	チベット体操	モルック	中級SST	フリースペース
午後	WRAP	パソコン教室 美文字教室	みんなのお悩み相談会	書道 句を詠もう	皆で活動を決めよう 面談	
	18	19	20	21	22	23
午前	敬老の日	アサーション	初級SST	メガドンキ散歩	テーマ別トーク	秋分の日
午後		皆で活動を決めよう 面談	アート教室/ドリームキャッチャー 個別手工芸	カラオケ大会	社会資源見学会	
	25	26	27	28	29	30
午前	ガーデニング 自主活動	外スポーツ	アロマストレッチ	パン屋散歩	切り絵 創作活動	フリースペース
午後	WRAP	ボードゲームカフェ	スイーツ作り	大掃除 お疲れ様会	グループワーク	