

精神科 第2デイケア プログラム

2026年 9月



		1日	2日	3日	4日
午前		ラダーゲッター	運動プログラム (コグニサイズ)	脳トレ (難読漢字)	グループ創作
午後		歩こう会		全体清掃	歩こう会
		全体ミーティング	風船バレー	音楽鑑賞	体力維持
		ジェスチャー ゲーム			
	7日	8日	9日	10日	11日
午前	運動プログラム (エアロビ)	輪投げ	運動プログラム (棒体操)	脳トレ (頭おもしろ ゲーム)	グループ創作
午後		歩こう会	全体清掃	歩こう会	歩こう会
	スカットボール	玉転がしゲーム	ポッチャ	カラオケ	体力維持
	OTプログラム	手工芸クラフ			
	14日	15日	16日	17日	18日
午前	運動プログラム (ストレッチ 体操)	脳トレ (間違い探し)	運動プログラム (ヨガ)	脳トレ (クイズ・ などなど)	グループ創作
午後		全体清掃		歩こう会	歩こう会
	みんなで考えよう	iPad体操	ストラックアウト	映画鑑賞	体力維持
		手工芸クラフ			
	21日	22日	23日	24日	25日
午前				脳トレ (連想ゲーム)	
午後					
			音楽鑑賞		
	28日	29日	30日		
午前	運動プログラム (セラバンド体操)	脳トレ (認知機能問題)	運動プログラム (コグニサイズ)		
午後	全体清掃	歩こう会			
	射的	iPad体操	輪投げ		
		手工芸クラフ	疾病教育		