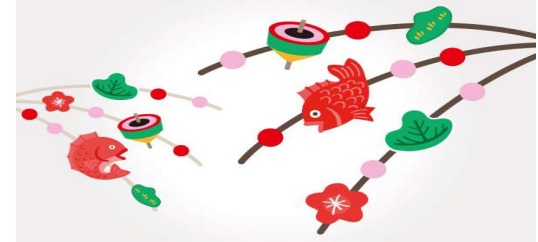


精神科デイケア かけはし山形



1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
・欠席の場合は9:20までご連絡ください。☎023-643-8228 ・コロナ感染拡大防止の為、手洗いの徹底、綺麗なマスクの着用、黙食などの感染予防にご協力よろしくお願いします。 ・プログラムは状況に応じて変更しますので、ご了承ください。 ★デイケアの活動は、できるだけ多くの方が楽しめるようにレクリエーション活動として実施しています。						1 休み
2 正月休み 	3 正月休み 	4 ウェルネス体操 ポッチャ 輪投げ 風船バレー	5 ダンベル体操 タスポニー ペタンク ロールモザイク いきいきサロン	6 frisbee カーリング ゆったりピククル 新春書き初め大会	7 チャレンジ球技 (SBB) モルック ストラックアウト 卓球	8 休み
9 成人の日 	10 スカット ボウリング ベにちゃん体操 Music Time	11 スカットボール ヨガ体操 (ipad) はつらつ体操 色当て frisbee 棒ホッケー 手芸	12 棒体操 筋トレ (ipad) 新年会	13 ウェルネス体操 ストラック frisbee 輪投げ タスポニー	14 frisbee カーリング コグニサイズ 脳トレ ゆったりピククル	15 休み
16 ダンベル体操 ボクササイズ いきいきサロン モルック 風船バレー	17 ストラックアウト ビリッカー ペタンク 卓球 手芸	18 輪投げ ゆったりピククル 俳句 血圧・体重測定 栄養講話	19 サーキット トレーニング ウェルネス体操 ロング ゲートボール ロールモザイク	20 スカットボール バレトン (ipad) 色当て frisbee ポッチャ はつらつ体操	21 スカット ボウリング ヨガ体操 (ipad) ムービータイム 塗り絵・創作	22 訪問看護 休み
23 棒体操 タスポニー コグニサイズ 脳トレ ストラック frisbee	24 ウェルネス体操 筋トレ (ipad) スカットボール ゆったりピククル	25 ダンベル体操 風船バレー frisbee カーリング 寺子屋	26 ストラックアウト 暮らしの教室(仲) ストレッチ (ipad) いきいきサロン (風船バレー) AL座談会	27 スカット ボウリング ベにちゃん体操 モルック 棒ホッケー 手芸	28 ペタンク クッキング Music Time	29 訪問看護 休み
30 輪投げ ゆったりピククル ゲートボール 卓球 創作	31 棒体操 ヨガ体操 (ipad) はつらつ体操 frisbee カーリング チャレンジ球技 (SBB)	運動プログラム 文化系プログラム 調理プログラム 専門プログラム 栄養講話 体重・血圧測定 ここからクラス				

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
 日月けあい おめでとうござます		 今年も よろしく お願いします				1 休み
2 	3 	4	5 初詣とは ボードゲーム	6 ゆったいピックル 一般と 新年書き初め大会 一般と	7	8 休み
9 	10 マインドフルネス/ヨガ体操 MUSIC TIME 一般と	11	12 季節の創作 認知機能 バランスー 新年会	13 ストラックフリスビー 一般と 自主トレ MCT	14	15 休み
16	17 ビリッカー 一般と 自主トレ 卓球 一般と	18	19 かまくらを作るには… 一般と かまくらを作るには… 一般と	20 調理実習の話し合い 自主トレ MCT	21	22 休み
23	24 筋トレ 一般と ゆったいピックル 一般と	25	26 生活に役立つ調理実習 ボードゲーム	27 今月の話と来月の話(コ) 自主トレ MCT	28	29 休み
30	31 ヨガ体操 一般と チャレンジ球技 一般と	居場所 就労 v-cat 一般と wakKa全体		 楽しい一年に なりますように		