

# 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	
<b>1</b> 正月休み 	<b>2</b> 正月休み 	<b>3</b> 正月休み 	<b>4</b> ウエルネス体操 チャレンジ球技 スカットボール テーブルゲーム	<b>5</b> フリスビーカーリング ヨガ (ipad) 新春書き初め大会	<b>6</b> モルック コグニサイズ ストラックフリスビー ピックルボール	<b>7</b> 休み	
<b>8</b> 成人の日 	<b>9</b> 輪投げ 気軽にピックル ボクササイズ スカットボウリング 卓球 創作 塗り絵	<b>10</b> ダンベル体操 ポッチャ いきいきサロン 色当てフリスビー タスポニー 手芸	<b>11</b> ペタンク 風船バレー 新年会	<b>12</b> 棒体操 コーンホール はつらつ体操 モルック ピックルボール	<b>13</b> ストラックアウト べにちゃん体操 (ipad) スカットボール 美文字・ペン字	<b>14</b> 休み	
<b>15</b> ウエルネス体操 筋トレ (ipad/畳) コグニサイズ フリスビーカーリング 風船バレー テーブルゲーム	<b>16</b> ストラックフリスビー チャレンジ球技 Music Time ロールモザイク	<b>17</b> ストラックアウト 棒ホッケー ゲートボール ヨガ (外部講師)	<b>18</b> 輪投げ 卓球 いきいきサロン カローリング ピックルボール	<b>19</b> ペタンク ラダーゲッター 脳トレ タスポニー	<b>20</b> カローリング 気軽にピックル ムービータイム 創作・塗り絵	<b>21</b> 訪問看護 休み	
<b>22</b> スカットボウリング ラダーゲッター ストレッチ (ipad) スカットボール ポッチャ 手芸	<b>23</b> ウエルネス体操 ヨガ (ipad) 血圧・体重測定 栄養講話	<b>24</b> カローリング ピックルボール はつらつ体操 ペタンク 寺子屋	<b>25</b> ダンベル体操 ビリッカー フリスビーカーリング 風船バレー アニマルセラピー	<b>26</b> 色当てフリスビー サーキットトレーニング 暮らしの教室 ストラックフリスビー 卓球	<b>27</b> 輪投げ コーンホール Music Time ロールモザイク クッキング	<b>28</b> 訪問看護 休み	
<b>29</b> モルック べにちゃん体操 (ipad) ストラックアウト タスポニー 創作 塗り絵	<b>30</b> 棒体操 コグニサイズ スカットボール ピックルボール 手芸	<b>31</b> ウエルネス体操 ポッチャ 俳句 スカットボウリング チャレンジ球技	運動プログラム 専門プログラム 文化系プログラム 栄養講話 調理プログラム 体重・血圧測定 外食 個別活動 外出レク				・欠席の場合は <b>9:30</b> までご連絡下さい。TEL <b>023-643-8228</b> ・コロナ感染拡大防止のため、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致します。 ・プログラムは状況に応じて変更しますので、ご了承下さい。 ・デイケアの活動は、出来るだけ多くの方が楽しめるようにレク/エーション活動として実施しています。

# 精神科デイケア かけはし山形 wakka

# 1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日							
<b>1</b> 	<b>2</b> あけまして おめでとう ございます 	<b>3</b> 	<b>4</b> テーブルゲーム wakka 有酸素運動	<b>5</b> ( ) ヨガ体操 書き初め	<b>6</b>	<b>7</b> 休み							
<b>8</b>	<b>9</b> 調理実習(何をつくるか) アサーション 卓球	<b>10</b>	<b>11</b> 面談 新年会	<b>12</b> 面談 ( ) ピックルボール	<b>13</b>	<b>14</b> 休み							
<b>15</b>	<b>16</b> 調理実習 チャレンジ球技 コミュニケーションゲーム	<b>17</b> 	<b>18</b> テーブルゲーム ( ) ピックルボール	<b>19</b> ストレッチ&ヨガ ( ) タスポニー	<b>20</b>	<b>21</b> 休み							
<b>22</b>	<b>23</b> ( ) ヨガ体操 栄養講話	<b>24</b>	<b>25</b> ( ) ビリヤード こころカード	<b>26</b> わたしの好きなもの3 ( ) 卓球	<b>27</b>	<b>28</b> 休み							
<b>29</b> 	<b>30</b> ウォーキングサッカー アサーション ピックルボール	<b>31</b>	今年は辰年だよお！ よろしくねえ！ 良い年に なりますように☆ 				<table border="1"> <tr> <td>居場所</td> <td>一般と</td> </tr> <tr> <td>就労</td> <td>wakka全体 栄養講話</td> </tr> <tr> <td>v-cat</td> <td>オーダーメイド</td> </tr> </table>	居場所	一般と	就労	wakka全体 栄養講話	v-cat	オーダーメイド
居場所	一般と												
就労	wakka全体 栄養講話												
v-cat	オーダーメイド												