

令和7年7月デイケアプログラム（一般）

日	月	火	水	木	金	土	
		1	2	3	4	5	
午前		クラブ活動	太極拳 クラフト	モーニングカフェ	クラブ活動	PCスキルトレーニング応用 お仕事カフェ	
午後		SST 卓球	PCスキルトレーニング基礎 ヨガ	カフェミーティング 卓球	PC利用認定 スポーツ	卓球 音楽鑑賞	
	6	7	8	9	10	11	
午前		脳トレ ゆるアート	クラブ活動	太極拳 クラフト	カフェ	クラブ活動	PCスキルトレーニング応用 ゆるあーと
午後		フラワーアレンジメント リラックスヨガ	SST 卓球	PCスキルトレーニング基礎 ヨガ/クッキングミーティング	カフェミーティング 卓球	健康相談 スポーツ	卓球 カラオケ
	13	14	15	16	17	18	19
午前		脳トレ ゆるアート	クラブ活動	太極拳・夏祭り実行委員 クラフト	カフェ	クラブ活動	PCスキルトレーニング応用 ゆるあーと
午後		社会資源について リラックスヨガ	ピアサポーターミーティング 卓球	PCスキルトレーニング基礎 ヨガ	カフェミーティング 卓球	リラクゼーション	卓球 音楽鑑賞
	20	21	22	23	24	25	26
午前		海の日	クラブ活動	太極拳・夏祭り実行委員 クラフト	カフェ	クラブ活動	PCスキルトレーニング応用 ゆるあーと
午後			SST 卓球	PCスキルトレーニング基礎 ヨガ/クッキング	カフェミーティング 卓球	フラワーアレンジメント スポーツ	卓球 カラオケ
	27	28	29	30	31		
午前		脳トレ ゆるアート	クラブ活動	太極拳 クラフト	カフェ	<午前の活動時間> 9:00 ウォーミングアップ 9:30 朝のミーティング 10:00 午前のプログラム 11:00 昼ストレッチ 12:00～13:00 昼食 <午後の活動時間> 13:00 昼ストレッチ 午後のプログラム 14:45 ミーティング 15:00 デイケア終了	
午後		アサーション リラックスヨガ	SST 卓球	PCスキルトレーニング基礎 ヨガ	カフェミーティング 卓球		
午前			～お知らせ～ ＊アサーション 7/28(月) テーマ:上手にお願いをしよう				
午後							