



精神科デイケアたんぽぽ 2月プログラム表



	月	火	水	木	金	土
--	---	---	---	---	---	---

〈デイケアプログラム〉

16日:ウォーキングは袖ヶ浦公園を散策します

25日:体育館スポーツ

♡14日来所される方にはバレンタインチョコレートをプレゼント♡



	2	3	4	5	6	7
午前	メントレ クラフト・フリー	たんぽぽ工房 フリー	就労支援A クラフト・フリー	SST クラフト・フリー	断酒教室 クラフト・フリー	カラオケ クラフト・フリー
午後	音楽リクエスト クラフト・フリー ウォーキング	卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	モルック クラフト・フリー
	9	10	11	12	13	14
午前	メントレ クラフト・フリー	たんぽぽ工房 フリー	建国記念の日 	SST クラフト・フリー	健康体操 クラフト・フリー	音楽リクエスト クラフト・フリー
午後	音楽リクエスト クラフト・フリー ウォーキング	卓球 クラフト・フリー		卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	 卓球 クラフト・フリー
	16	17	18	19	20	21
午前	メントレ クラフト・フリー	たんぽぽ工房打ち上げ フリー	就労支援A クラフト・フリー	SST クラフト・フリー	断酒教室 クラフト・フリー	カラオケ クラフト・フリー
午後	音楽リクエスト クラフト・フリー 袖ヶ浦公園ウォーキング	卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	七宝焼 クラフト・フリー
	23	24	25	26	27	28
午前	天皇誕生日 	就労支援B(講義) たんぽぽ工房 フリー	就労支援A クラフト・フリー	SST クラフト・フリー	健康体操 クラフト・フリー	音楽リクエスト クラフト・フリー
午後		卓球 クラフト・フリー	体育館スポーツ クラフト・フリー	卓球 クラフト・フリー	公園スポーツ クラフト・フリー	映画鑑賞 クラフト・フリー



今月のプログラム表から余白を利用してコラムを書きたいと思います。2月といえばバレンタインですね☺チョコには生活習慣病予防・血流改善・リラックス・幸福感向上などの効果が期待できます。糖分・脂質も多いので1日25g程度を目安にすると良いでしょう☺

ホームページ



Instagram

