

# 精神科デイケアたんぽぽ

## 1月プログラム表



	月	火	水	木	金	土
午前					1/1(木)～1/3(土) お正月休み 2026	
		新年あけましておめでとうございます！ 今年もよろしくお願ひいたします。				
	5	6	7	8	9	10
午前	メントレ	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	健康体操	カラオケ
	クラフト・フリー	フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
午後	音楽鑑賞	卓球	公園スポーツ	卓球	公園スポーツ	お正月遊び
	初詣ウォーキング	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
	12	13	14	15	16	17
午前	<b>成人の日</b> 	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	断酒教室	音楽リクエスト
		フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
午後		卓球	体育館スポーツ	卓球	公園スポーツ	映画鑑賞
		クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
	19	20	21	22	23	24
午前	メントレ	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	健康体操	カラオケ
	クラフト・フリー	フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
午後	音楽鑑賞	卓球	公園スポーツ	卓球	公園スポーツ	卓球大会
	ウォーキング	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
	26	27	28	29	30	31
午前	メントレ	就労支援B(講義) たんぽぽ工房 フリー	就労支援A	SST	健康体操	音楽リクエスト
	クラフト・フリー		クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
午後	音楽鑑賞	卓球	体育館スポーツ	卓球	公園スポーツ	DC新聞
	ウォーキング	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー	クラフト・フリー
〈お知らせ〉					ホームページ 	Instagram 
<ul style="list-style-type: none"> <li>・5日のウォーキングは正福寺に初詣に行きます。</li> <li>・14日、28日は長浦臨海スポーツセンターに移動し フットサルを実施します。</li> </ul>						