

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	 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いいたします。			1/1(木)～1/3(土) お正月休み 2026		
午後						
	5	6	7	8	9	10
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	健康体操 クラフト・フリー	カラオケ クラフト・フリー
午後	音楽鑑賞 初詣ウォーキング	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	お正月遊び クラフト・フリー
	12	13	14	15	16	17
午前	成人の日 	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	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
	19	20	21	22	23	24
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	健康体操 クラフト・フリー	カラオケ クラフト・フリー
午後	音楽鑑賞 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	卓球大会 クラフト・フリー
	26	27	28	29	30	31
午前	メントレ クラフト・フリー	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	音楽鑑賞 ウォーキング	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	DC新聞 クラフト・フリー
〈お知らせ〉 ・5日のウォーキングは正福寺に初詣に行きます。 ・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。				<div> ホームページ </div> <div> Instagram </div>		

