

# 精神科デイケアたんぽぽ 4月プログラム表

	月	火	水	木	金	土
	<b>◆今月のコラム◆</b> 4月は暖かくなり、外に出たり、新しいことを始めてみるのに良い季節ですね。睡眠の質の向上や気分転換に朝の散歩はおすすめです。是非、温かな春の風を肌で感じながら歩いてみませんか◎❀		1	2	3	4
午前			就労支援A	SST	断酒教室	カラオケ
			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			公園スポーツ	卓球	公園スポーツ	卓球
			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
	6	7	8	9	10	11
午前	メントレ	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	健康体操	音楽リクエスト
	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	音楽リクエスト ウォーキング クラフト・フリー	卓球	体育館スポーツ	卓球	公園スポーツ	七宝焼
		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
	13	14	15	16	17	18
午前	メントレ	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	断酒教室	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	音楽リクエスト ウォーキング クラフト・フリー	卓球	公園スポーツ	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
	20	21	22	23	24	25
午前	メントレ	たんぽぽ工房	就労支援A	SST	健康体操	クラフト・フリー
	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	
午後	音楽リクエスト ウォーキング クラフト・フリー	卓球	体育館スポーツ	卓球	公園スポーツ	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	
	27	28	29	30		
午前	メントレ	就労支援B(講義) たんぽぽ工房 フリー	昭和の日 	SST		
	クラフト・フリー			クラフト・フリー		
午後	音楽リクエスト ウォーキング(袖ヶ浦公園) クラフト・フリー	卓球	卓球			
		クラフト・フリー	クラフト・フリー			

## <お知らせ>

8日、22日：体育館スポーツ  
27日：袖ヶ浦公園ウォーキング



## ホームページ



## Instagram

