



精神科デイケア



6月プログラム表



	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
午前	メントレ	たんぽぽ工房 フリー	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	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
	8	9	10	11	12	13
午前	メントレ	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	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	クラフト・フリー
	15	16	17	18	19	20
午前	メントレ	たんぽぽ工房 フリー	就労支援A	SST	断酒教室	買い物外出(1日)
	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	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	
	22	23	24	25	26	27
午前	メントレ	買い物外出(1日)	就労支援A	SST	健康体操	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	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	デイケア新聞
		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
	29	30	＜デイケアからのお知らせ＞			
午前	メントレ (特別回)	たんぽぽ工房 就労支援B(講義) フリー	<ul style="list-style-type: none"> ・20日、23日：五井アリオへ買い物外出♪ ・10日、25日：体育館スポーツ ・29日のメントレ特別回は、 管理栄養士さんのお話を聞く会です 			
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						

＜今月のコラム＞

だんだん暑くなり、5月とは思えないような暑さの日もありますね☀
「暑さ対策は本格的に暑くなってから」と思っている人も多いようですが、実は体に暑さを慣れさせることが大切👂実際に気温が上がり熱中症の危険が高まる前に無理のない範囲で汗をかくことが大切です。運動、入浴をすることで汗をかき体を暑さに慣れさせることができます。是非一緒にウォーキングや運動プログラムに参加しませんか？

ホームページ



Instagram

