


月	火	水	木	金
2 [] 病気についてトーク [] ウォーキング [] アイロンビーズ [うつ] リ・ワークプログラム (うつ病) ーお昼休みー [] クライシスプラン [] ことばあそび	3 [] 社会資源発見 (ウエルフェアアート展) [] ギタークラブ [] スクラッチアート ーお昼休みー [] こころを軽くしよう [] 卓球 [] クリスマスアート	4 [ASD] 専門プログラム (ASD) [うつ] 専門プログラム (ジョブトーク)	5 [] SST [] おめでたい焼きウォーキング [] ポンポン作り ーお昼休みー [] エンジョイスポーツ (青葉体育館) [] サイコロトーク [] 美文字	6 [] デイケア食堂 [] ウォーキング [] 水彩画 ーお昼休みー [] ボードゲーム [] 編み物・刺し子
9 [] ピアサポート [] ウォーキング [] ぬりえ [うつ] リ・ワークプログラム (うつ病) ーお昼休みー [] ストレスコーピング [] ビリヤード [] フラワークラブ	10 [] 社会資源を使おう (文化・芸術) [] 英会話 [] 糸かけまんだら ーお昼休みー [] 当事者研究 [] 音楽鑑賞 [] タイルアート	11 [ASD] 専門プログラム (ASD) [うつ] 専門プログラム (SST)	12 [] SST [] ウォーキング [] ゼンタングル ーお昼休みー [] 卓球交流会 (青葉体育館) [] 麻雀 [] キャンドル作り	13 [] 行ったつもりで旅行気分 [] ウォーキング [] こねこね粘土 ーお昼休みー [] バンド練習 (旭ヶ丘) [] ボードゲーム [] 毛糸と木のオーナメント
16 [] マインドフルネス [] ウォーキング [] パズル [うつ] リワークプログラム (うつ病) ーお昼休みー [] アンガーコントロール [] 写真でキリトリ [] ワイヤークラフト	17 [] 社会資源を使おう (買い物) [s z] 統合失調症プログラム [] 折り紙 ーお昼休みー [] 病気を知る [] 卓球 [] ハンドベル	18 [ASD] 専門プログラム (ASD)	19 [] SST [] ウォーキング [] マスコット作り ーお昼休みー [] 快適生活 [] DVD鑑賞 [] 切り紙	20 [] ミュージックセラピー [] ウォーキング [] ペーパークラフト ーお昼休みー [] ジョブトーク [] ボードゲーム [] 書道 [] デイケアライブ説明会
23 [] 回復のためのKIZUNA [] ウォーキング [] コラージュ [うつ] リワークプログラム (うつ病) ーお昼休みー [] 年末年始の過ごし方 [] バンド練習 (旭が丘) [] クリスマスカード作り	24 [] 社会資源を使おう (文化・芸術) [] オススメ動画紹介 [] プラバン ーお昼休みー [] デザートづくり [] 室内カラオケ [] 窓辺を彩ろう	25 [ASD] 専門プログラム (ASD)	26 [] ボードゲーム [] 今年をふりかえる-短歌/俳句/漢字- [※] ★年越しそば 出ます🍜 ーお昼休みー [] ゆく年くる年 [] 忘年会ビンゴ大会	27 お休み
30 お休み	31 お休み	 		

受付時間 (プログラム途中参加はできません)

- ・09:30~10:00 → 午前・1日参加
- ・13:00~13:30 → 午後参加
- ・16:30~18:30 → [NC] ナイトケア (金曜のみ)

各プログラムのメインテーマ (継続参加をお勧めします!)

青: 病気・症状・身体 紫: 認知・行動 緑: 運動 橙: 社会生活

[] 内に病名があるものは疾患別専門プログラム 4Fは創作系プログラムです。

※体育館でのスポーツに参加する方は上履きをご用意ください。

※デイケア食堂は材料費がかかります。