# 2026年　9月　デイケアプログラム

| 上段 | 午　前 |
|---|---|
| 下段 | 午　後 |

◉印はポイント対象　　※天候、その他の事情により予定変更の場合があります。　　**※🍨はアイスの日です**

| | 日 | | 月 | | 火 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 昼当番D | | | | | 1 | 生活支援：健　康<br>全体ミーティング<br>◉ウェルネス体操<br>リワーク：リラクセーション<br>オフィスワーク | 2 | 生活支援：◉運動療法<br>ウォーキング<br>手工芸<br>ひまわり会<br>リワーク：心理教育<br>SST | 3 | 生活支援：◉卓球<br>ウォーキング<br>◉運動療法<br>手工芸<br>リワーク：プレ料理<br>再発予防 | 4 | 生活支援：カラオケ<br>ウォーキング<br>手工芸(箱折り)<br>リワーク：リラクセーション<br>集団CBT | 5 | 休み |
| A | 6 | 休み | 7 | 生活支援：◉卓球<br>ウォーキング<br>◉運動療法<br>生活<br>リワーク：再発予防<br>SST (FACE DUO) | 8 | 生活支援：カラオケ<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：リラクセーション<br>趣味の時間 | 9 | 生活支援：レクレーション(ゲーム)<br>手　芸<br>ウォーキング<br>リワーク：オフィスワーク<br>料理準備 | 10 | 生活支援：◉運動療法<br>コグトレ・脳トレ<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：料理<br>料理振り返り | 11 | 生活支援：◉レク・ダンス<br>昼食：お楽しみ弁当<br>スポーツ<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：フィットネス<br>集団CBT | 12 | 休み |
| B | 13 | 休み | 14 | 生活支援：すだち班<br>◉運動療法<br>ウォーキング<br>手工芸<br>生活<br>リワーク：オフィスワーク<br>フィットネス | 15 🍨 | 生活支援：◉卓球大会<br>SST<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：SST (FACE DUO)<br>オフィスワーク | 16 | 生活支援：◉園芸<br>雨天時↓<br>◉ウェルネス体<br>学習<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：リラクセーション<br>プレゼンの時間 | 17 | 生活支援：カラオケ大会<br>ウォーキング<br>手工芸<br>フラワー教室<br>リワーク：心理教育<br>再発予防 | 18 | 生活支援：第1回講演会(薬について)<br>ウォーキング<br>◉運動療法<br>手工芸<br>リワーク：集団CBT | 19 | 休み |
| C | 20 | 休み | 21 | 生活支援：敬老の日<br>リワーク：敬老の日 | 22 | 生活支援：国民の休日<br>リワーク：国民の休日 | 23 | 生活支援：秋分の日<br>リワーク：秋分の日 | 24 | 生活支援：◉レク・ダンス<br>ウォーキング<br>◉運動療法<br>手工芸<br>リワーク：フィットネス<br>再発予防 | 25 | 生活支援：◉卓球<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：集団CBT<br>プレ料理 | 26 | 休み |
| D | 27 | 休み | 28 | 生活支援：カラオケ<br>ウォーキング<br>手工芸<br>生活<br>リワーク：料理準備<br>今月の振り返り | 29 | 生活支援：床　掃　除(おまけ付き)<br>◉ 俳句<br>ウォーキング<br>手工芸<br>リワーク：料理<br>料理振り返り | 30 🍨 | 生活支援：◉卓球<br>ウォーキング<br>◉運動療法<br>手工芸<br>リワーク：リラクセーション<br>今月の振り返り | | | | | | |