2026年　11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

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







