

精神科デイケア エスポワール プログラム (2024年 1クール 3か月目)

6月	月		火		水		木		金		土	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1週	ベーシック											個人プログラム
2週	ベーシック	全体ミーティング	コース別ミーティング	WRAP体験	頭の体操	美文字タイム	軽スポーツ	体操	机上ゲーム	ものづくり	軽スポーツ	個人プログラム
3週	ベーシック	体操	調理	丸さんのセルフケア	読書	switch	デイケア交流会	相談たいむ	机上ゲーム	ものづくり	学生企画	個人プログラム
4週	ベーシック	美文字タイム	ものづくり	頭の体操	軽スポーツ	体操	スポーツ交流会	相談たいむ	机上ゲーム	有酸素運動	からだ作り	個人プログラム
5週	ベーシック	冷やしうどん	enjoy music	ものづくり	ものづくり	ものづくり	シネマくらぶ	ものづくり	健康くらぶ	相談たいむ	カラオケ	個人プログラム