

# 精神科デイケア 2026年 2月プログラム

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7
午前	シネマ俱楽部 まんぶく 	節分 	個人活動 	身だしなみ (フットケア) 	YouTube 	
	工作 	節分 	俳句 うぐいす・初春 	個人活動 	健康体操 (もりもり) 	休
午後	9	10	11	12	13	14
	プログラムトーク 	健康体操 (いきいき) 		YouTube 	絵画教室 	個人活動 昼食:お寿司 
午前	個人活動 	カラオケ 	休	書道 	個人活動 	シネマ俱楽部 おやつ:ワッフル 
	16	17	18	19	20	21
午前	シネマ俱楽部 まんぶく 	個人活動 	YouTube 	塗り絵 	身だしなみ (フェイスケア) 	
	頭の体操 	工作 	絵葉書 	健康体操 (もりもり) 	ペン習字 <small>説明: 指でタッチする。</small> <small>ペン習字</small> <small>美しい文字を書こう</small>	休
午後	23	24	25	26	27	28
		個人活動 	カラオケ 	個人活動 	カレンダー作り 	
午前	休	心理教育 曼荼羅 	健康体操 (いきいき) 	読書 	心理教育 コラージュ 	休
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						
午後						
午前						