2026年3月　晴和病院デイケアプログラム

	月		火			水		木			金		土		
コース名	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	発達	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	発達	リワーク	生活支援	ルーム３	ルーム１	ルーム２
第１週	2		3			4		5			6		7		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読 レポート作成	ＳＳＴ	発達⑰	復職支援⑥	新聞購読	ヨガ教室		サーズデイ～工作～	ゲームで学ぶストレスマネジメント	ＣＢＴ Basic	就労者⑩	発達⑳	学生⑩
午後	卓　球	選択制 ⇔ ストレッチ＆音楽鑑賞	みんなでクラフト		ADHD⑪	スモールプロジェクト①	個別面談	読書会	選択制 ⇔ PC操作		音楽療法				
第2週	9		10			11		12			13		14		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読 デスクワーク	ＳＳＴ	発達⑱	WRAP	選択制 ⇔ ＰＣ教室/朝スタ	ヨガ教室		AMサーズデイ～コミ～	脳トレ/English				
午後	卓　球	選択制 ⇔ ストレッチ＆音楽鑑賞	個別面談	みんなでクラフト		スモールプロジェクト②	ピアサポート	PC操作	選択制 ⇔ 音楽療法		ＣＢＴ⑤	就活講座⑪	ぬり絵（創作活動）		
第3週	16		17			18		19			20		21		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読 レポート作成	ＳＳＴ	発達⑲	復職支援⑦	新聞購読	ヨガ教室		AMサーズデイ～レク～			ADHD⑫		マスター⑫
午後	卓　球	選択制 ⇔ ストレッチ＆音楽鑑賞	フリーゲーム・雑談力	選択制 ⇔ スクラッチアート（創作活動）	ADHD⑫	スモールプロジェクト③	ピアサポート	PC操作	選択制 ⇔ 創作活動				全コース対象 卓　球 親睦会		
第4週	23		24			25		26			27		28		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読 レポート作成	ＳＳＴ	発達㉑	WRAP	選択制 ⇔ ＰＣ教室/朝スタ	ヨガ教室		サーズデイ～ｐ４ｃ～	3分プレゼン	ＳＳＴ（仕事編）			
午後	卓　球	選択制 ⇔ ストレッチ＆音楽鑑賞	フリーゲーム・雑談力	選択制 ⇔ 創作活動		スモールプロジェクト④	ピアサポート	リサーチ・スモールプロジェクトプレゼンテーション			ＣＢＴ⑥	就活講座⑫	ペーパークラフト（創作活動）		
第5週	30		31			1		2			3				
午前	近況報告 ビジネス	リサーチ	新聞講読 デスクワーク	ＳＳＴ	発達①								暖かい日が増えてきて、だんだん冬が終わりに近づいているように感じますね。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期でもありますので、ぜひデイケアに参加して生活リズムを整えるようにしてみてください☺		
午後	卓　球	選択制 ⇔ ストレッチ＆音楽鑑賞	おしごと座談会												