



2026年8月 プログラム

〈 しっかり食べて夏バテを防ごう 〉



日	月	火	水	木	金	土
	8/31					1
	①② 環境整備 ①② 共同製作 (カレンダー)	カレンダーの都合で 8/31(月)のプログラムは こちらです！				
2	3	4	5	6	7	8
	① 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK) ② ③ スポーツ	④ 学習会 (栄養士からのお話) ① 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	⑤ 集中の時間 (読書) ② ③ スポーツ	⑥ ⑦ スポーツ ① 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	① 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK) ② 表現活動 (川・絵・書)	
9	10	11	12	13	14	15
	① DVD鑑賞 ② DVD鑑賞	 山の日	③ お盆大会 ④ グループ活動 (C.B.G)	元気に動こう！ ⑤ 夏祭り ⑥ カラオケ	⑦ ⑧ スポーツ ① ② 共同製作 (カレンダー)	
16	17	18	19	20	21	22
	① 月例会 ② 音楽鑑賞	③ S・ポーツ ① ② 共同製作 (カレンダー)	① ② 共同製作 (カレンダー) ④ 集中の時間	⑤ 表現活動 (川・絵・書) ⑥ ⑦ スポーツ	⑧ 集中の時間 (新聞読書) ① ② スポーツ	
23	24	25	26	27	28	29
	③ ④ スポーツ ⑤ 集中の時間 (脳トレ)	① ② ウォークラリー ③ グループ活動 (C.B.G)	⑥ ⑦ スポーツ ④ 憩いの時間	⑧ 自主活動 ① ② 共同製作 (カレンダー)	⑤ ⑥ 個人活動 ③ バースデー会	

※プログラムの変更は、その都度お知らせ致します

高田西城病院精神科デイケア

デイケア直通：025-526-6291