



2026年10月 プログラム

〈 気温の変化に気を付けながら参加しよう 〉



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				① カラオケ	② 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	
				② 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	① グループ活動 (C.B.G)	
4	5	6	7	8	9	10
	② 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	② 目標設定 別プロ：個人活動 (ストレッチもOK)	③ 集中の時間	③ 協 スポーツ	③ S・スポーツ	
	③ 協 スポーツ	① カラオケ	④ 表現活動 (川・絵・書)	① グループ活動 (C.B.G)	① 音楽鑑賞	
11	12	13	14	15	16	17
		③ 協 スポーツ	① DVD鑑賞	① 秋の運動会	② 月例会	
	スポーツの日	① 憩いの時間	① DVD鑑賞	② 協 共同製作 (カレンダー)	③ 協 スポーツ	
18	19	20	21	22	23	24
	③ 集中の時間	③ 新聞読書	② 協 共同製作 (カレンダー)	① 自主活動	③ 学習会 (防災)	
	② 協 共同製作 (カレンダー)	③ 協 スポーツ	③ 協 スポーツ	③ 読書	② 協 共同製作 (カレンダー)	
25	26	27	28	29	30	31
	④ 表現活動 (川・絵・書)	① バースデー会	③ 協 スポーツ	③ 表 Gr.創作 (テーマ：秋)	② 協 環境整備	
	① おまけの 憩いの時間	② 協 共同製作 (カレンダー)	① 音楽鑑賞	③ 協 スポーツ	③ 個人活動 (避難訓練)	

※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