

2025年 12月 DCプログラム一覧表

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前	マインドフルネス 農園芸	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：絵手紙・押し花	SST ダイケアカフェ	運動マネジメント 革細工
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：OT学生レク	スポーツ ボ：D&D 本編	多：コンセンサスゲーム 音楽鑑賞：SnowMan best ダイケアカフェ	農園芸 コミュニケーションゲーム
	8	9	10	11	12
午前	マインドフルネス 農園芸	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：書道	SST ク：鬼まんじゅう	睡眠マネジメント 革細工
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：調理「シチュー」	スポーツ ボ：D&D 本編	多：HSPとは 音楽鑑賞：グリークなど	農園芸 WRAP：不調のサインと対処
	15	16	17	18	19
午前	マインドフルネス 農園芸	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：正月飾り①	SST ダイケアカフェ	運動マネジメント 革細工
午後	陶芸 カラオケ	臨：クリスマス会	スポーツ ボ：D&D体験会	多：自己肯定感 音楽鑑賞：さだまさしベスト ダイケアカフェ	農園芸 コミュニケーションゲーム
	22	23	24	25	26
午前	マインドフルネス 農園芸	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：正月飾り②	SST ク：お手軽カップケーキ	本格ヨガ 革細工
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：楽器セッション	スポーツ ボ：ブロックス大会	多：今月のテーマ 音楽鑑賞：ベートーヴェン	臨：忘年会D1グランプリ
	29	30	31		
午前					インターネットからも 見れます！ 
午後					

リカバリーコース

臨：臨時企画

四：四季彩アート

多：多職種勉強会

ク：お手軽クッキング

ボ：ボードゲーム

☆その他：プログラム以外でも『自主活動』として過ごすこともできます

※プログラムの突然の中止や変更などがあります。ご了承ください。