2026年11月　DCプログラム一覧表

	月	火	水	木	金
	2	**3**	**4**	**5**	**6**
午前	マインドフルネス 農園芸		集団認知療法 四：押し花で クリスマスツリー	SST デイケアカフェ	ソフトバレーボール 革細工
午後	陶芸 カラオケ		スポーツ 臨：読書会	多：アンガーコントロール 音：日本民謡 デイケアカフェ	農園芸 コミュニケーションゲーム
	9	**10**	**11**	**12**	**13**
午前	マインドフルネス 農園芸	ガチ・ストレッチ パソコン	集団認知療法 四：書道	SST ク：調理いもぼっくり	本格ヨガ 革細工
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：調理 ベイクドチーズケーキ	スポーツ 臨：体力測定	多：ハローワーク 音：バレエ音楽	農園芸 WRAP：元気の道具箱
	16	**17**	**18**	**19**	**20**
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 四：三角コーンで クリスマスツリー	SST デイケアカフェ	運動マネジメント 革細工
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：モルック大会	スポーツ 臨：お茶会 抹茶と鬼まんじゅう	多：自己肯定感 音：ダカーポBEST デイケアカフェ	農園芸 コミュニケーションゲーム
	23	**24**	**25**	**26**	**27**
午前		ガチ・ストレッチ パソコン	集団認知療法 四：ウォーリーストーン	SST デイケアカフェ	睡眠マネジメント 革細工
午後		お話し会 臨：フラワーアレンジメント	スポーツ 臨：陶芸	多：スキーマ療法 音：バッハ「トッカータなど」 デイケアカフェ	農園芸 WRAP：元気の道具箱
	30				
午前	マインドフルネス 農園芸				インターネットからも 見れます!
午後	陶芸 カラオケ				

リカバリーコース　臨：臨時企画　音：音楽鑑賞
四：四季彩アート　多：多職種勉強会　ク：お手軽クッキング

☆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。