

2026年3月の予定

汐入メンタルクリニック デイケア

046-823-3045

■ 心理教育プログラム
■ 就労支援プログラム
■ 運動や屋外で身体を動かす
■ 創作活動(手工芸等)
■ サークル活動
■ その他の様々なプログラム
 ※希望するプログラムがなくても、自主活動で過ごしていただけます

1

日	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 朝ウォーキング 10:30~	太極拳 双極ピアミーティング ※事前申込	SYABERIBA (バスレクについて・その他)		習字・ペン習字 コラージュ	モルック/バタンク 歌声喫茶	
PM	復職準備グループ(終日) ※事前申込 農作業 趣味活動	共同制作 趣味活動	こころにきく 「春を感じる瞑想」 散歩 趣味活動		SST 「雑談」 農作業	音楽サークル スタジオ練習 卓球 趣味活動	

日	9	10	11	12	13	14	15
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 朝ウォーキング 10:30~	生活上手 (日用品最安値調査) *事前申込 趣味活動	バスツアー (終日) *事前申込者のみ		習字・ペン習字 コラージュ	モルック/バタンク 歌声喫茶	
PM	復職準備グループ(終日) ※事前申込 農作業 アサーショントレーニング	WRAP① カラオケ		*バスツアーに 参加されない方は 自主活動で デイケアの参加ができます		趣味活動 (UVレジン) 農作業	音楽サークル スタジオ練習 卓球 趣味活動

日	16	17	18	19	20	21	22
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 朝ウォーキング 10:30~	マットでヨガ *事前申込 頭の体操	からだをみる からだにきく			モルック/バタンク 歌声喫茶	
PM	復職準備グループ(終日) ※事前申込 農作業 趣味活動	ソフトバレーボール 「不入斗体育館(サブ)」 *午前中からの参加が必要です 趣味活動 (革工芸)	SST 「問題解決法」※事前申込 趣味活動 散歩		春分の日	音楽サークル 室内練習 外出プログラム 趣味活動	

日	23	24	25	26	27	28	29
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 朝ウォーキング 10:30~	趣味活動 (箸造り・切り絵 etc)	からだをみる からだにきく		習字・ペン習字 コラージュ	モルック/バタンク 歌声喫茶	
PM	復職準備グループ(終日) ※事前申込 農作業 趣味活動	春の長距離散歩(終日) 「塚山公園」 *事前申込者のみ WRAP② ことばと遊ぼう	復職準備グループ 「認知行動療法」 ※事前申込 趣味活動 (革工芸) 散歩 ナイトケア		こころの健康講座 「ストレス対処とセルフケア」 農作業 趣味活動	卓球 趣味活動	

日	30	31
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 朝ウォーキング 10:30~	頭の体操 趣味活動 (ステンシル 型紙作成)
PM	農作業 趣味活動	【予備日】 春の長距離散歩(終日) *事前申込者のみ 映画鑑賞 ※タイトルはチラシで 見てください 趣味活動 (ステンシル)

赤提灯 ※就労支援のフォローアップです。