

精神科デイケア エスポータル 全体プログラム (2026年 4クール 3か月目)

3月	月		火		水		木		金		土						
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後					
	2日		3日		4日		5日		6日		7日						
1週	ベーシック	全体ミーティング 昼食提供時間・個人時間	コース別ミーティング	体操	昼食提供時間・個人時間	うどん大会	うどん大会	机上ゲーム	昼食提供時間・個人時間	健康くらぶ	美文字タイム	カラオケ	個人プログラム	個人プログラム			
	アドバンス			ものづくり	読書			頭の体操	ものづくり		軽スポーツ						
	ジョブ			シネマ	シネマ			リラクゼーション	CBGT		グループワーク	作業ワーク			卓球		
	ナイト			振り返り	WRAP			調理	調理		企画会議	企画会議			WRAP	CBGT	
個人プログラム		休み		机上ゲーム		休み		アロマ		休み							
2週	ベーシック	相談たいむ	机上ゲーム	体操	昼食提供時間・個人時間	茶道	軽スポーツ	switch	体操	昼食提供時間・個人時間	栄養くらぶ	頭の体操	switch大会	個人プログラム	個人プログラム		
	アドバンス	軽スポーツ	ものづくり	ものづくり	読書	読書	頭の体操	美文字タイム	ものづくり	机上ゲーム	軽スポーツ	机上ゲーム	軽スポーツ				
	ジョブ	SST	集団短期療法	ゲーム	ゲーム	ゲーム	リラクゼーション	CBGT	ゲーム	ゲーム	作業ワーク	作業ワーク	卓球				
	ナイト	振り返り	ヘルスケア	自分発見	WRAP	WRAP	自分発見	社会資源	ヘルスケア	ヘルスケア	企画会議	企画会議	WRAP			CBGT	
カラオケ		休み		YouTube		休み		TV鑑賞		休み							
3週	ベーシック	軽スポーツ	昼食提供時間・個人時間	カローリング大会	体操	昼食提供時間・個人時間	書道	相談たいむ	昼食提供時間・個人時間	トランプ大会	ものづくり	軽スポーツ	有酸素運動	個人プログラム	個人プログラム		
	アドバンス	頭の体操	相談たいむ	相談たいむ	相談たいむ	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム	カラオケ	カラオケ	カラオケ	有酸素運動	春分の日				
	ジョブ	SST	集団短期療法	シネマ	シネマ	シネマ	リラクゼーション	CBGT	グループワーク	グループワーク	個人プログラム	個人プログラム					
	ナイト	振り返り	ヘルスケア	解決ワーク	WRAP	WRAP	企画会議	企画会議	自分発見	自分発見	自分発見	自分ワーク/ナビ					
DVD鑑賞		休み		ミーティング		休み											
4週	ベーシック	体操	昼食提供時間・個人時間	ポッチャ大会	体操	昼食提供時間・個人時間	軽スポーツ	ものづくり	ものづくり	頭の体操	モルック大会	シネマくらぶ	シネマくらぶ	体操	軽スポーツ大会	個人プログラム	個人プログラム
	アドバンス	ものづくり	相談たいむ	相談たいむ	相談たいむ	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム	カラオケ	カラオケ	カラオケ	有酸素運動	春分の日				
	ジョブ	SST	集団短期療法	調理	調理	調理	リラクゼーション	CBGT	グループワーク	グループワーク	個人プログラム	個人プログラム					
	ナイト	振り返り	ヘルスケア	振り返り	WRAP	WRAP	自分発見	自分発見	自分発見	自分発見	自分発見	自分ワーク/ナビ					
個人プログラム		休み		お楽しみ会		休み		TV鑑賞		休み							
5週	ベーシック	ものづくり	昼食提供時間・個人時間	お楽しみ会	体操	昼食提供時間・個人時間	茶道	相談たいむ	相談たいむ	相談たいむ	相談たいむ	相談たいむ	個人プログラム	個人プログラム			
	アドバンス	体操	相談たいむ		相談たいむ	相談たいむ	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム	机上ゲーム					
	ジョブ	SST	集団短期療法		ゲーム	ゲーム	ゲーム	リラクゼーション	CBGT	グループワーク	グループワーク	個人プログラム			個人プログラム		
	ナイト	振り返り	ヘルスケア		解決ワーク	WRAP	WRAP	自分発見	自分発見	自分発見	自分発見	自分発見			自分ワーク/ナビ		
カラオケ		休み		お楽しみ会		休み											



デイケア
3月20日 お休み