

6月 JUNE 2025

曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)
日付	2	3	4	5	6
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし(双 極性障害)	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント(実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ピラティス SOUZOU	先生と話そう 遊ぼう
日付	9	10	11	12	13
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし(双 極性障害)	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント(実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ヨガ SOUZOU	デイケア シアター館
日付	16	17	18	19	20
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし(双 極性障害)	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント(実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ピラティス SOUZOU	〇〇大会
日付	23	24	25	26	27
午前	リラックス	ストレッチ しゅみの園芸	ウォーキング 病気のはなし(双 極性障害)	しゅみの園芸 屋内活動/屋外活動	絵画 SST
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント(実践編)	WRAP	燃え魂 e-スポーツ	ヨガ SOUZOU	先生と話そう 遊ぼう
日付	30				
午前	リラックス				
午後	くらしの書 ストレスマネジ メント(実践編)				

『自主活動』のプログラムは毎日あります。

場所を用意しておりますので、作業など、ご自身でやりたいことを取り組む際に利用できます。

今月から『自習室』(水色が実施日)を【空】に作りました。

勉強や読書など静かに過ごしたい、周りの目が気になる方は利用してみてください。

文字の背景が黄色のプログラムは、今月から始まる新しいプログラムや
特別プログラム、曜日が変更となったプログラムです。