

2026年 3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	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：絵手紙 押し花 など	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：ひな祭りレク	スポーツ ボ：人生ゲーム	多：コンセンサスゲーム 音楽鑑賞：かぐや姫	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	ウォーキング パソコン	集団認知療法 四：書道	SST ク：切り干し大根 大根スムージー	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 「いちご大福」	スポーツ 臨：ぷよぷよ大会	多：ハローワーク 音楽鑑賞：坂本龍一	農園芸 WRAP：不調のサインと対処
	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：季節の飾りつけ	SST ク：クッキー	/
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：革細工	スポーツ 臨：記憶カードゲーム大会	多：自己肯定感 音楽鑑賞：徳永英明	
	23	24	25	26	27
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：季節の飾りつけ	SST デイケアカフェ	本格ヨガ 革細工
午後	陶芸 カラオケ	臨：DC9周年祭	スポーツ 臨：音楽セッション	多：今月のテーマ 音楽鑑賞：ユーフォニアム協奏曲	農園芸 WRAP：クライシスプラン
	30	31			
午前	マインドフルネス 農園芸	ウォーキング パソコン	/	/	インターネットからも 見れます! 
午後	陶芸 カラオケ	お話し会 臨：ポテチ研究会			

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。