

2025年

# 10月のプログラム

| 月  | 火                         | 水                                       | 木   | 金  | 土                |
|--|---------------------------|---|---|--|------------------|
| 9/29   | 9/30                      | 10/1                                    | 10/2  | 10/3   | 10/4             |
| 戯曲を読もう<br>バッティングセンター<br>SST                    | 合唱&合奏<br>自主練<br>マルシェ準備    | マルシェ                                    | ごほうびマルシェ<br>ふわっふわパンケーキ<br>セルフケアのお道具箱<br>第6章 | 音楽教室<br>音楽                                       | 麻雀<br>&<br>音楽サロン |
| 10/6   | 10/7                      | 10/8                                    | 10/9  | 10/10  |                  |
| 麻雀<br>風船バレー<br>SST                             | オセロゲーム<br>最終調整!<br>音楽     | ミーティング<br>誰でも<br>短歌<br>佐佐木先生            | 合唱自主練<br>チャットGTP<br>を知らう!<br>リハーサル          | 全日本学術・運動<br>交流集会<br>～ハートビートコーラス～<br>デイケアも開所してます! |                  |
| 10/13  | 10/14                     | 10/15                                   | 10/16                                       | 10/17  | 10/18            |
| スポーツの日   | トランプ<br>バッティングセンター        | デイケアカラオケ<br>実習生🎵プログラム                   | 卓球<br>マルシェ準備                                | マルシェ   | 麻雀<br>&<br>音楽サロン |
| 10/20  | 10/21                     | 10/22                                   | 10/23                                       | 10/24  | 10/25            |
| 散歩<br>音楽<br>SST                                | 菅原さんの<br>書道<br>ミーティング     | 10時スタート<br>朝YOGA<br>私のハッピーライフ<br>ってなあに? | ミーティング<br>マインドフルネス                          | 戯曲を読もう<br>エクササイズ                                 | pm<br>友の会総会      |
| 10/27  | 10/28                     | 10/29                                   | 10/30                                       | 10/31  | 11/1             |
| ミュージックカフェ<br>～MV編～<br>お月見の会<br>～短歌を詠もう～<br>SST | FREE<br>2026年度<br>カレンダー製作 | 百人一首<br>ゴッホ展                            | マルシェ<br>～メニュー決め～<br>セルフケアのお道具箱<br>第7章       | オープン陶芸<br>来間さんの<br>アロマ講座                         | 麻雀<br>&<br>音楽サロン |

代々木病院 精神科デイケア室  
直通TEL 03-5411-9579