

2026年



1月のプログラム



月	火	水	木	金
---	---	---	---	---

12/29	12/30	12/31	1/1	1/2
お休み	お休み	お休み	お休み	お休み

1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10
ミュージックカフェ ～MV編～	みんなで参加 ミーティング 園芸サークル	食らう！ 弁慶ラーメン	おしるこ de 新年会	オススメ紹介 ～本・マンガ～	
新春！麻雀大会 SST	監督退任！ デイケア駅伝	オセロ・将棋 マリさんとおしるこ準備		音楽	

1/12	1/13	1/14	1/15	1/16
お休み ～成人の日～	ついに！ 壁紙張替え エクササイズ	障害者支援 制度学習会 大絶滅展	M & J 結婚式ぱーりー 打合せ① 音楽	FREE 園芸サークル 誰でも短歌 『金泥賞』 授賞式

1/19	1/20	1/21	1/22	1/23	1/24
チョット遅れた・・・ 初詣	マルシェメニュー決め	10時スタート！ ASAYOGA 園芸サークル	みんなで参加 ミーティング	スリッパ 卓球	
書道 CBSST	麻雀	みんなで参加 ミーティング	マインドフルネス	音楽	

1/26	1/27	1/28	1/29	1/30
デイケアカラオケ 絶体絶命！？ ボウリング CBSST	戯曲を 読もう 来間さんの アロマ講座 ～ラスト2回～	マルシェ試作 マルシェ 検討会議	トランプ de トランプ 園芸サークル セルフケアのお道具箱 第10章	百人一首 音楽

代々木病院 精神科デイケア室
直通TEL 03-5411-9579

