



こころの医療センターデイケア 2026年1月プログラム

☆☆ お問い合わせ ☆☆
デイケアについてお聞きになりたいことがありましたら
デイケアスタッフにお問い合わせください。



山口県立こころの医療センター
代表 (0836) 58-2370



日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
	趣味の時間: 自主的に取り組める趣味活動(自主学習、手芸、楽器)持参可 アイディアラボ: 日常生活のお困りごとに、たくさんのアイディアを出しミーティング DC情報局(ライフハックDC): 掃除、節約、料理、非常時など生活雑学や豆知識を話し合う お願い: 体育館を使用するプログラムの場合は、安全性や衛生面のため、 各自体育館用シューズのご準備をお願いします。				富士 鷹 なすび	
4	5	6	7	8	9	10
	プログラムミーティング →A:SST B:昔ながらの遊び A:ギターで歌おう B:創作活動(アイロンビーズ)	プログラムミーティング →新春 ぼっちゃ大会 A:陶芸教室 B:趣味の時間	プログラムミーティング →新春eスポーツボーリング A:ピアトーキング・クラブ B:室内ゲートボール	プログラムミーティング →A:SST VR(就労準備編) B:モルック 初詣散歩	プログラムミーティング →A:書道・書き初め B:室内ゲーム A:音楽鑑賞 B:スポーツ	
11	12	13	14	15	16	17
	成人の日 	A:ストレスケア⑦ B:eスポーツ交流会 A:ギターで歌おう B:ダンス・エクササイズ	A:のど自慢 B:BBA A:アグリ・ポタジェ B:モルック	A:SST VR(就労準備編) B:室内ゲーム 新春ピアポン選手権	A:お仕事を語ろう会 B:大人の本棚 A:室内ゲートボール B:創作活動(マープリング)	
18	19	20	21	22	23	24
	A:SST B:eスポーツ交流会 A:ギターで歌おう B:ぼっちゃ	イベントミーティング (節分祭) A:陶芸教室 B:スポーツ	A:ピアポン B:音楽鑑賞 A:ピアトーキング・クラブ B:室内ゲーム	A:SST VR(就労準備編) B:カレンダー作り① A:室内ゲートボール B:のど自慢	A:風船バレー(室内) B:趣味の時間 A:おもしろ輪投げ B:アロマ・BBA	
25	26	27	28	29	30	31
	A:SST B:モルック A:のど自慢 B:スポーツ	A:ストレスケア⑧ B:室内ゲートボール A:ギターで歌おう B:大人の本棚	A:チェンジ② B:DC情報局 A:疾患教育☆ B:創作活動	A:SST VR(就労準備編) B:アグリ・ポタジェ A:DVD鑑賞 B:カレンダー作り②	A:アイディア・ラボ B:ピアポン A:eスポーツ交流会 B:散歩	

※やむを得ずプログラムを変更する場合があります。ご了承ください。 ※黄色はショート参加可(イベントは準備から参加が必要。10日までに担当スタッフにご相談の上、申請してください。)