2026年10月　デイケアプログラム　　9月18日更新

月曜	火曜	水曜	木曜	金曜	土曜：AMのみ
・9時30分～10時　：健康チェック・ラジオ体操 ・10時15分～11時30分：アルコールミーティング ・11時30分～　：昼食・休憩 ・12時30分～13時30分：個別プログラム ・13時30分～15時00分：集団プログラム ・15時15分～15時30分：一日の振り返り		デイケア・AMショートケア 9:30まで PMショートケア 12：30まで	1 運営会議 一カ月の振り返り	2 西村Dr講義 検査① 椅子ヨガ	3 ミーティング
5 再発防止プログラム No.8 大人の塗り絵	6 健康チェック 健康講座	7 モルック	8 歌声喫茶♪	9 西村Dr講義 検査② 調理 フルーチェつくり	10 ミーティング
12 スポーツの日 デイケア休み	13 再発防止プログラム No.9 頭の体操	14 世良看護師講話	15 ミュージック カフェ アルコールリワークお休み	16 院長講義	17 ミーティング 慈高会（11:30～12:15 ）
19 再発防止プログラム No.10 リラックス法	20 断酒の集い	21 外出（東京都庁） /大人の塗り絵 ＊選択できます	22 AAメッセージ	23 西村Dr講義 ALとうつ・不眠の関係 ボーリング	24 ミーティング
26 再発防止プログラム No.11 調理 ベビーカステラ	27 心理講義	28 世良看護師講話	29 散歩 （おとめ山公園）	30 西村Dr講義 依存症治療に用いられる薬物 クラフト（UVレジン）	31 ミーティング