

峡西病院 精神科リハビリテーションセンター デイケア「フレンズ」

月間プログラム（2026年10月）

生活充実型:HR 1

曜日		月	火	水	木	金	土
日付					1	2	3
AM	HR 1				ウォーキング&軽スポーツ	個別活動プログラム	フィットネス&DVD体操
					定期面接	育てるP（園芸）	レクリエーションプログラム
	サークル				文芸	卓球（コーチ）	
PM	HR 1				創作活動	暮らしの知恵講座	週末の過ごし方（計画）
					個別活動プログラム	自主企画P（リハセン行事）	サークル活動 花壇園芸、カラオケ
	サークル				映画鑑賞	手芸・麻雀	
日付		5	6	7	8	9	10
AM	HR 1	スマイルプログラム（運動・認知リハ）	ウォーキング&軽スポーツ	フィットネス&DVD体操	ウォーキング&軽スポーツ	スポーツP	未来フェス
		レクリエーションプログラム	SST	個別活動プログラム	お悩み相談	育てるP（園芸）	未来フェス
	サークル				音楽鑑賞	卓球	
PM	HR 1	チャレンジクッキング	公共/交通機関を学ぶ	ハッピープログラム（WRAP）	創作活動	自主企画P（リハセン行事）	未来フェス
		フレンズG・うめG（自主企画P）	いそどり交流会	リラクセーションプログラム	月イチプログラム（企画）	暮らしサポートショッピング	未来フェス
	サークル					麻雀	
日付		12	13	14	15	16	17
AM	HR 1	スポーツの日 リハセン休み	ウォーキング&軽スポーツ	エンジョイP	ウォーキング&軽スポーツ	個別活動プログラム	フィットネス&DVD体操
				個別活動プログラム	社会参加P	育てるP（園芸）	レクリエーションプログラム
	サークル					卓球（コーチ）,Fアート	
PM	HR 1		健康講座	ドリームクッキング（計画）	創作活動	簡単レシピ	週末の過ごし方（実行）
					個別活動プログラム	自主企画P（リハセン行事）	サークル活動 花壇園芸、カラオケ
	サークル					手芸・麻雀	
日付		19	20	21	22	23	24
AM	HR 1	スマイルプログラム（運動・認知リハ）	ウォーキング&軽スポーツ	エンジョイP	月イチプログラム（実行）	スポーツP	フィットネス&DVD体操
		レクリエーションプログラム	シンデレラP（女性限定P）	個別活動プログラム		育てるP（園芸）	レクリエーションプログラム
	サークル					卓球	
PM	HR 1	チャレンジクッキング	チャレンジ一年生	リラクセーションプログラム	創作活動	外部講師P（体験）	サークル活動 MAC 花壇園芸、カラオケ
		フレンズG・うめG（自主企画P）	情報/社会資源を学ぶ	ハッピープログラム（WRAP）	月イチプログラム（実行）	リハビリ新聞作成	
	サークル					麻雀	
日付		26	27	28	29	30	31
AM	HR 1	スマイルプログラム（運動・認知リハ）	ウォーキング&軽スポーツ	デイケア行事	ウォーキング&軽スポーツ	スポーツP	フィットネス&DVD体操
		レクリエーションプログラム	心理教育（暮らし）		お悩み相談	育てるP（園芸）	レクリエーションプログラム
	サークル				音楽鑑賞	卓球	
PM	HR 1	お茶会	企画型研修（外部講師）	デイケア行事	創作活動	外部講師P（研修会）	サークル活動 MAC 花壇園芸、カラオケ
		フレンズG・うめG（自主企画P）			月イチプログラム（企画）	暮らしサポートショッピング	
	サークル					麻雀	

峡西病院 精神科リハビリテーションセンター デイケア「フレンズ」

月間プログラム（2026年10月）

目標志向型:HR 2

復職準備型:HR 3

曜日		月	火	水	木	金	土
日付					1	2	3
AM	HR 2				コミュニケーションP	認知機能リハビリ	フィットネス&DVD体操
	HR 3				WRAP	課題報告会	レクリエーションプログラム
	サークル				文芸	卓球（コーチ）	
PM	HR 2				自立生活P	ジョブトーク（就労P）	週末の過ごし方（計画）
	HR 3				認知機能リハ（ワーク）	休みま専科（リラックスP）	サークル活動 花壇園芸、カラオケ
	サークル				映画鑑賞	手芸・麻雀	
日付		5	6	7	8	9	10
AM	HR 2	メタ認知トレーニング	WRAP	研修会	認知機能リハ（言語）	コミュニケーションプログラム	未来フェス
	HR 3	運動系プログラム	コミュニケーショントレーニング	リワークミーティング	CBT（認知再構成法）	課題報告会	未来フェス
	サークル				音楽鑑賞	卓球	
PM	HR 2	自立生活P リカバリーの学校	地域貢献プログラム	ジョブチャレ（作業体験P）	自立生活P	就労ツアー（就労P）	未来フェス
	HR 3	個別課題	認知機能リハ（PC）	リワーク心理教育	認知機能リハ（PC振り返り）	休みま専科（リラックスP）	未来フェス
	サークル					麻雀	
日付		12	13	14	15	16	17
AM	HR 2	スポーツの日 リハセン休み	認知機能リハビリ	認知行動療法	コミュニケーションP	認知機能リハビリ	フィットネス&DVD体操
	HR 3		コミュニケーショントレーニング	リワークミーティング	WRAP	課題報告会	レクリエーションプログラム
	サークル					卓球（コーチ）、Fアート	
PM	HR 2		地域貢献プログラム	ジョブチャレ（作業体験P）	自立生活P	ワークスクール（就労P）	週末の過ごし方（実行）
	HR 3		認知機能リハ（PC）	リワーク心理教育	認知機能リハ（ワーク）	休みま専科（リラックスP）	サークル活動 花壇園芸、カラオケ
	サークル					手芸・麻雀	
日付		19	20	21	22	23	24
AM	HR 2	メタ認知トレーニング	WRAP	研修会	認知機能リハ（言語）	休み亭	フィットネス&DVD体操
	HR 3	運動系プログラム	コミュニケーショントレーニング	リワークミーティング	CBT（認知再構成法）	課題報告会	レクリエーションプログラム
	サークル						
PM	HR 2	自立生活P リカバリーの学校	地域貢献プログラム	ジョブチャレ（作業体験P）	自立生活P（企画）	月1ふり回り	サークル活動 MAC 花壇園芸、カラオケ
	HR 3	個別課題	認知機能リハ（PC）	リワーク心理教育	認知機能リハ（PC振り返り）	プレミアムフライデー	
	サークル					麻雀	
日付		26	27	28	29	30	31
AM	HR 2	WRAP	認知機能リハビリ	デイケア行事	認知機能リハビリ	コミュニケーションプログラム	フィットネス&DVD体操
	HR 3	運動系プログラム	コミュニケーショントレーニング	リワークミーティング	CBT（認知再構成法）	課題報告会	レクリエーションプログラム
	サークル				音楽鑑賞	卓球	
PM	HR 2	自立生活P リカバリーの学校	地域貢献プログラム	デイケア行事	自立生活P	就労ツアー（就労P）	サークル活動 MAC 花壇園芸、カラオケ
	HR 3	個別課題	認知機能リハ（PC）	リワーク心理教育	認知機能リハ（ワーク）	休みま専科（リラックスP）	
	サークル					麻雀	