

デイケアプログラム 11月

☆	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
日付					1	2	3
AM						リラックス運動 ～ストレッチ・ヨガ・瞑想～	
PM						就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	
日付	4	5	6	7	8	9	10
AM	振替 	手工芸	フリータイム	対人関係トレーニング ～季節の話題～	リラックス運動 ～ストレッチ・ヨガ・瞑想～		
PM	休日	スポーツ	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	当事者研究作り アロマセラピー	就労・復職支援プログラム ～言語セッション～		
日付	11	12	13	14	15	16	17
AM	当事者研究	陶芸	フリータイム	対人関係トレーニング ～日常の困りごと解決～	リラックス運動 ～ストレッチ・ヨガ・瞑想～		
PM	対人関係トレーニング ～自分の思考の特徴を知る～	スポーツ	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	心理教育：介護予防の秘訣 アロマセラピー	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～		
日付	18	19	20	21	22	23	24
AM	当事者研究	合唱	フリータイム	対人関係トレーニング ～相談の仕方～	フリータイム		
PM	対人関係トレーニング ～日常の困りごと解決～	スポーツ	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	当事者研究作り アロマセラピー	就職・復職支援プログラム ～言語セッション～		
日付	25	26	27	28	29	30	
AM	当事者研究	書道	フリータイム	対人関係トレーニング ～日常の困りごと解決～	フリータイム		
PM	対人関係トレーニング ～小さい目標の立て方～	フリータイム	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	心理教育：発達障害 アロマセラピー	就職・復職支援プログラム ～パソコンセッション～		