

デイケアプログラム 2月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
寒い日が続きます！ みなさま、お身体には十分気をつけてお過ごしください！						1	2
日付	3	4	5	6	7	8	9
AM	当事者研究	手工芸	フリータイム	対人関係トレーニング ～季節の話題～	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	就労・復職支援プログラム ～言語セッション～		
日付	10	11	12	13	14	15	16
AM	当事者研究	建国 	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 ～日常の困りごと解決～	記念日	就労・復職支援プログラム ～パソコンセッション～	心理教育：毒親・虐待ケア 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	17	18	19	20	21	22	23
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～	天皇誕生日	
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～	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	24	25	26	27	28		
AM	振替 	合唱	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	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～	心理教育：認知行動療法 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～		
     							