

# デイケアプログラム 1月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
					1	2	3
デイケア休みは12/29~1/3まで！！ 今年もよろしくお願ひいたします！！							
日付	4	5	6	7	8	9	10
AM	当事者研究	書道	アロマセラピー	対人関係トレーニング SST	リラックス運動		
PM	対人関係トレーニング SST	スポーツ	就労復職支援プログラム V-CAT	当事者研究作り ~年末年始のまとめ~	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	11	12	13	14	15	16	17
AM		手工芸	アロマセラピー	対人関係トレーニング SST	リラックス運動		
PM		スポーツ	就労復職支援プログラム V-CAT	心理教育：HSP 感受性が高く敏感な人必見！	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	18	19	20	21	22	23	24
AM	当事者研究	陶芸	アロマセラピー	対人関係トレーニング SST	リラックス運動		
PM	対人関係トレーニング SST	スポーツ	就労復職支援プログラム V-CAT	当事者研究作り	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	25	26	27	28	29	30	31
AM	当事者研究	書道	アロマセラピー	対人関係トレーニング SST	リラックス運動		
PM	対人関係トレーニング SST	スポーツ	就労復職支援プログラム V-CAT	心理教育：不眠症 改善方法お伝えします！	就労復職支援プログラム V-CAT		
＊管内の感染状況により、急遽プログラムを変更する場合がございますのでご了承ください。 ご利用の際には、①自宅にて検温、②マスクの着用、③手指消毒の3点に引き続き ご協力よろしくお願ひいたします。							