






# ディケアプログラム 1月

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
						1	2	3
		ディケア休みは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	 成人の日	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			
<p>*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。</p>								