

デイケアプログラム 7月

| | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|----|---|--|-----------------------------|----------------------|---|---|---|
| 日付 | | | | | 1 | 2 | 3 |
| AM |  | スポーツは感染状況により室内かどうか決まります。 小公園と書かれているスポーツは、室内がすでに使えない 日にちです。雨天以外は小公園で散歩などをします。 | | |  | スポーツ |  |
| PM | | | | | | 就労復職支援プログラム V-CAT | |
| 日付 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| AM | スポーツ | フリータイム おうちエクササイズ | 心理教育（当事者研究の素） クライシスプラン作り | リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ | スポーツ ～小公園～ |  | |
| PM | 対人関係トレーニング SST | 当事者研究 | 就労復職支援プログラム V-CAT | 教えて！メンバー先生 企画会議 | 就労復職支援プログラム V-CAT | | |
| 日付 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| AM | スポーツ | 書道 おうちエクササイズ | 心理教育（愛着障害） クライシスプラン作り | リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ | スポーツ |  | |
| PM | 対人関係トレーニング SST | 当事者研究 | 就労復職支援プログラム V-CAT | 教えて！メンバー先生 発表 | 就労復職支援プログラム V-CAT | | |
| 日付 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| AM | 海の日 | 陶芸 おうちエクササイズ | フリータイム | リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ | スポーツ |  | |
| PM | | フリータイム | 就労復職支援プログラム V-CAT | 教えて！メンバー先生 企画会議 | 就労復職支援プログラム V-CAT | | |
| 日付 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| AM | スポーツ | フリータイム おうちエクササイズ | 心理教育（うつ症状） クライシスプラン作り | リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ | スポーツ ～小公園～ |  | |
| PM | 対人関係トレーニング SST | 当事者研究 | 就労復職支援プログラム V-CAT | 教えて！メンバー先生 発表 | 就労復職支援プログラム V-CAT | | |

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。ご利用に際し①自宅検温、②マスク着用、③手指消毒へのご協力をお願いいたします。