



デイケアプログラム 10月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜	
日付	1					2		
<p style="color: red;">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。</p>								
日付	3	4	5	6	7	8	9	
AM	スポーツ	書道 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	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	10	11	12	13	14	15	16	
AM		フリータイム おうちエクササイズ	心理教育（神経病圏） 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		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	17	18	19	20	21	22	23	
AM	スポーツ	陶芸 おうちエクササイズ	心理教育（精神病圏） 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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT			
日付	24	25	26	27	28	29	30	
AM	スポーツ	書道 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			
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	31							
AM	スポーツ	スポーツは感染状況で、室内か小公園が決まります。 ただ現状、小公園へのウォーキングが主になっています。						
PM	対人関係トレーニング SST	野外での活動となるので日焼け対策やタオルなどを持参して下さい。						