

デイケアプログラム 11月

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
日付		1	2	3	4	5	6
AM		フリータイム おうちエクササイズ	心理教育（愛着・親子関係） クライシスプラン作り		スポーツ		
PM		当事者研究	就労復職支援プログラム V-CAT		就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	7	8	9	10	11	12	13
AM	スポーツ	陶芸 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		
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	14	15	16	17	18	19	20
AM	スポーツ	書道 おうちエクササイズ	心理教育（薬について） 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	21	22	23	24	25	26	27
AM	スポーツ	フリータイム おうちエクササイズ		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		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	28	29	30	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。 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。			
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				
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				

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。