

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	日曜日
日付			1	2	3	4	5
AM			心理教育(睡眠について) クライシスプラン作り	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	文化の日 		
PM			就労復職支援プログラム V-CAT	教えて！メンバー先生 発表			
日付	6	7	8	9	10	11	12
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	書道 おうちエクササイズ	心理教育(依存症) クライシスプラン作り	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	フリータイム V-CAT面談・評価		
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	13	14	15	16	17	18	19
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	陶芸 おうちエクササイズ	心理教育(お薬について) クライシスプラン作り	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	フリータイム V-CAT面談・評価		
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	20	21	22	23	24	25	26
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	フリータイム かぼちゃ団子づくり	心理教育(統合失調症) クライシスプラン作り		フリータイム V-CAT面談・評価		
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		就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	27	28	29	30			
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	書道 おうちエクササイズ	心理教育(気分障害 うつ・双極) クライシスプラン作り	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～			
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			

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。