





デイケアプログラム 1月

日付	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
AM	あけまして おめでとう ございます		12/29~1/3まで デイケアはお休みです	4 リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	5 V-CAT面談 BACS評価・評価返却など	6 	7
PM				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	8	9	10	11	12	13	14
AM	成人 の日 	書道	心理教育(睡眠・不眠)	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	V-CAT面談		
PM		おうちエクササイズ	クライシスプラン作り	教えて！メンバー先生 企画会議	BACS評価・評価返却など 就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	15	16	17	18	19	20	21
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	陶芸	心理教育(依存症)	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	V-CAT面談		
PM	対人関係トレーニング SST	おうちエクササイズ	クライシスプラン作り	教えて！メンバー先生 発表	BACS評価・評価返却など 就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	22	23	24	25	26	27	28
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	心理教育(お薬について①)	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	V-CAT面談		
PM	対人関係トレーニング SST	おうちエクササイズ	クライシスプラン作り	教えて！メンバー先生 企画会議	BACS評価・評価返却など 就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	29	30	31	 すばらしい一年が ありますように 2024			
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	書道	心理教育(お薬について②)				
PM	対人関係トレーニング SST	おうちエクササイズ	クライシスプラン作り				
		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。