

# デイケアプログラム 5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	6	7
AM	 ゴールデンウィーク	 5月	赤十字創立 記念日 	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ 教えて！メンバー先生 企画会議	憲法記念日 		
PM			6	7	8	9	10
AM	振替休日 	心理教育(統合失調症) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動 農 耕	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ 教えて！メンバー先生 発表	創作活動(書道) 農 耕		
PM		13	14	15	16	17	18
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育(うつ・双極) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動 農 耕	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ 教えて！メンバー先生 企画会議	創作活動(陶芸) 農 耕		
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	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	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	心理教育(栄養・摂食障害) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動 農 耕	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ 教えて！メンバー先生 発表	創作活動(書道) 農 耕		
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	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	31		
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育(ストレス関連) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動 農 耕	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～ 教えて！メンバー先生 企画会議	創作活動(陶芸) 農 耕		
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	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	

ご利用の際は発熱など体調不良がないか確認させていただきます。デイケア内ではマスク着用、手指消毒へのご協力をお願いいたします。

水曜日のAMスポーツ&有酸素運動は、北館の「ミントホール」にてウォーキングや簡単なエクササイズ行う予定です。