

🍎🍇 デイケアプログラム 9月

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜	日曜
日付		日付		日付		日付		日付		日付	日付
2		3		4		5		6		7	8
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育（自律神経） クライシスプラン作り	農耕 おうちエクササイズ	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	農耕 創作活動（陶芸）	秋					
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						
9		10		11		12		13		14	15
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育（睡眠の基本） クライシスプラン作り	農耕 スポーツ&有酸素運動	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	農耕 創作活動（書道）	🍁					
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						
16		17		18		19		20		21	22
AM	🍁🍁🍁 敬老の日 🍁🍁🍁	フリータイム	農耕 おうちエクササイズ	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	農耕 創作活動（陶芸）	🍂					
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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT						
23		24		25		26		27		28	29
AM	🍵 振り替え休日	心理教育（依存症） クライシスプラン作り	農耕 おうちエクササイズ	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	農耕 フリータイム	🍁🍁🍁 📖					
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						
30											
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル										
PM	対人関係トレーニング SST										

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、手指消毒のご協力をお願いいたします。



※9月4日と5日はミントホール使用不可にて、デイケア内での活動となります。