

# デイケアプログラム 12月



日付	月曜日 2	火曜日 3	水曜日 4	木曜日 5	金曜日 6	土曜 7	日曜 8
AM	調理レク 	心理教育(自律神経を整えよう) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	創作活動(陶芸)		
PM	フリータイム	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	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	スポーツ&有酸素運動	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	16	17	18	19	20	21	22
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育(依存症) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	創作活動(陶芸)		
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	23	24	25	26	27	28	29
AM	認知行動療法 うつと不安の統一プロトコル	心理教育(くすりの話①) クライシスプラン作り	スポーツ&有酸素運動	リラックスタイム ～アロマ&ヨガ～	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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	31						
AM	<div data-bbox="174 1114 555 1337" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">                     デイケアは12/28～1/5までお休みです。 今年1年、たいへんお世話になりました。                 </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div>						
PM							

ご利用の際は発熱などのかぜ症状・体調不良がないか確認させていただきます。  
マスク着用・手指消毒のご協力をお願いいたします。