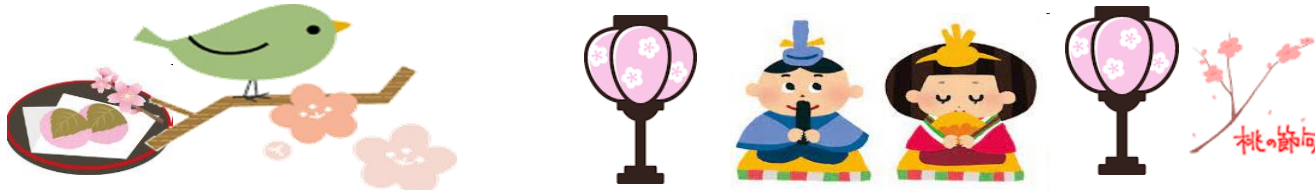


ディケアプログラム 3月

月曜日		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜
日付	3	4	5	6	7	8	9
AM	認知行動療法 ～基礎コース～	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 ～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		
日付	10	11	12	13	14	15	16
AM	認知行動療法 ～基礎コース～	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 ～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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	17	18	19	20	21	22	23
AM	認知行動療法 ～基礎コース～	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		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		就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	24	25	26	27	28	29	30
AM	認知行動療法 ～基礎コース～	心理教育（お薬の話基本編） 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 企画会議	就労復職支援プログラム V-CAT		
日付	31						
AM	認知行動療法 ～基礎コース～						
PM	対人関係トレーニング SST						

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。