

# デイケアプログラム 6月

|    | 月曜日  | 火曜日  | 水曜日                  | 木曜日                  | 金曜日                            | 土曜   | 日曜  |  |
|----|--|--|----------------------|----------------------|--------------------------------|--|---|--|
| 日付 | 2  | 3  | 4                    | 5                    | 6                              | 7  | 8   |  |
| AM | 簡単☆認知行動療法<br>～基礎コース～   | フリータイム   | スポーツ&有酸素運動<br>農耕     | リラックスタイム<br>～アロマ&ヨガ～ | 創作活動(陶芸)<br>農耕                 |   |   |  |
| PM | 対人関係トレーニング<br>SST  | 当事者研究  | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT | 教えて!メンバー先生<br>企画会議   | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT           |  |   |  |
| 日付 | 9  | 10   | 11                   | 12                   | 13                             | 14   | 15  |  |
| AM | 調理レク  心理教育(自律神経を整えよう)<br>クライシスプラン作り | 心理教育(適切な睡眠)<br>クライシスプラン作り  | スポーツ&有酸素運動<br>農耕     | リラックスタイム<br>～アロマ&ヨガ～ | 創作活動(書道)<br>農耕                 |   |   |  |
| PM | フリータイム   | 当事者研究  | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT | 教えて!メンバー先生<br>発表     | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT           |  |   |  |
| 日付 | 16   | 17   | 18                   | 19                   | 20                             | 21   | 22  |  |
| AM | 簡単☆認知行動療法<br>～基礎コース～   | 心理教育(適切な睡眠)<br>クライシスプラン作り  | スポーツ&有酸素運動<br>農耕     | リラックスタイム<br>～アロマ&ヨガ～ | 創作活動(陶芸)<br>農耕                 |   |   |  |
| PM | 対人関係トレーニング<br>SST  | 当事者研究  | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT | 教えて!メンバー先生<br>企画会議   | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT           |  |   |  |
| 日付 | 23   | 24   | 25                   | 26                   | 27                             | 28   | 29  |  |
| AM | 簡単☆認知行動療法<br>～基礎コース～   | 心理教育(依存症)<br>クライシスプラン作り  | スポーツ&有酸素運動<br>農耕     | リラックスタイム<br>～アロマ&ヨガ～ | 創作活動(手工芸)<br>内容は6月に掲示で周知<br>農耕 |  |   |  |
| PM | 対人関係トレーニング<br>SST  | 当事者研究  | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT | 教えて!メンバー先生<br>発表     | 就労復職支援プログラム<br>V-CAT           |  |   |  |
| 日付 | 30   |  |                      |                      |                                |  |   |  |
| AM | 簡単☆認知行動療法<br>～基礎コース～   |  |                      |                      |                                |  |  |  |
| PM | 対人関係トレーニング<br>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、手指消毒へのご協力をお願いいたします。**