

精神科デイケア2024年1月 プログラム

		月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日																																															
精神科	リワーク	1			2			3			4			5			6																																															
就労準備	発達	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク																																													
11:00~12:00	10:00~12:00	冬季休暇 (12/30~1/3)									ほづみ定食 プレ調理 12:45~水泳 13:30~茶話会 16:00 歌の集い 17:00 体操			10:30~ カラオケ 運動			脳を鍛える時間 えいごの時間 統合失調症グループ			オフィスワーク																																												
13:00~15:00	13:00~15:00																						大人の日			13:00~ フラワー アレンジメント 運動			書道 11:30~ リラクゼーション 茶道 手芸部 15:10~ 你好クラブ オフィスワーク つくたべ			グループ ワーク 双極性 障害 ① オフィス ワーク			新聞のスクラップ PC教室 12:45~ アウトドアサークル 13:30~脳を鍛える時間 16:00 歌の集い 17:00 体操			卓球同好会 14:00~ バレーストレッチ 再発予防			卓球同好会 14:00~ ウォーキング コミュニケーション入門⑩ 再発予防			再発予防																				
16:00~18:00	16:00~18:00																																														つくたべ			仕事に役立つ SST			双極性 障害 ② オフィス ワーク			料理			料理			フォローアップ		
精神科	リワーク																																																															
就労準備	発達	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク																																													
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ 10:45~ 生活向上委員会			PC教室 アロマ/ストレッチ			書道 11:30~ リラクゼーション			ほづみ定食 プレ調理 PC教室			10:30~ カラオケ 運動			脳を鍛える時間 統合失調症グループ			オフィスワーク																																												
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなで つくろう			うっCBT⑦			13:00~ フラワー アレンジメント 運動			ライフスキル ウォーキング 手芸部			13:30~ ポエム			卓球同好会 14:00~ バレーストレッチ 再発予防			卓球同好会 14:00~ ウォーキング コミュニケーション入門⑧ 再発予防			再発予防																																									
16:00~18:00	16:00~18:00	料理			つくたべ			仕事に役立つ SST			15:10~ 你好クラブ オフィスワーク つくたべ			16:00 歌の集い 17:00 体操			料理			料理			フォローアップ																																									
精神科	リワーク	22			23			24			25			26			27																																															
就労準備	発達	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク	精神科デイケア	発達	リワーク																																													
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ 10:45~ 生活向上委員会			ライフスキル講座 アロマ/ストレッチ			書道 11:30~ リラクゼーション			ナースの 時間			新聞のスクラップ PC教室			10:30~ カラオケ 運動			脳を鍛える時間			オフィスワーク																																									
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなで つくろう			うっCBT⑧			13:00~ フラワー アレンジメント 運動			茶道 手芸部			12:45~水泳 13:30~ コミュニケーションサークル			卓球同好会 14:00~ バレーストレッチ 再発予防			卓球同好会 14:00~ ウォーキング コミュニケーション入門⑨ 再発予防			再発予防																																									
16:00~18:00	16:00~18:00	料理			つくたべ			仕事に役立つ SST			15:10~ 你好クラブ オフィスワーク つくたべ			16:00 歌の集い 17:00 体操			料理			料理			フォローアップ																																									
精神科	リワーク	29			30			31																																																								
就労準備	発達	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク	精神科デイケア	就労準備	リワーク																																																						
11:00~12:00	10:00~12:00	ナースの時間			PC教室 アロマ/ストレッチ			書道 11:30~ リラクゼーション			振り返り			*リワーク：フォローアップ：6日・20日（16:00～）になります *就労準備、発達障害の方を対象としたプログラムを 行っています。参加希望の方はお問い合わせください																																																		
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなで つくろう			うっCBT⑨			13:00~ フラワー アレンジメント 運動			栄養学 手芸部						双極性 障害 ④ オフィス ワーク																																															
16:00~18:00	16:00~18:00	料理			つくたべ			仕事に役立つ SST			15:10~ 你好クラブ オフィスワーク つくたべ																																																					

*プログラムは都合により変更になる場合がありますので、予めご了承ください。 市ヶ谷ひもろぎクリニック 精神科デイケア

