

# 精神科デイケア2024年4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	シナリオ 10:45~ 生活向上委員会		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	ACT⑤	オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	グループワーク	ほづみ定食	プレ調理	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	うつCBT⑤		13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部	双極性障害⑫ オフィスワーク	12:45 水泳 茶話会	就労 オフィスワーク	アート	卓球同好会 14:00~ バレエストレッチ	ADHD グループ①	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	コミュニケーション入門⑨	オフィスワーク	
16:00~18:00	16:00~18:00	料理		オフィスワーク	つくたべ	仕事に役立つ SST		15:10~ 16:10~ 17:00 体操	15:10~ 16:10~ 17:00 体操	16:00 歌の集い 17:00 体操	ハッピー ジョブサーチ	オフィスワーク	料理	オフィスワーク	料理	フォローアップ			
精神科	リワーク	8			9			10			11			12			13		
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		オフィスワーク	ライフスキル講座 アロマ/ストレッチ	ACT⑥	オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	グループワーク	新聞のスクラップ	調理	10:30~ カラオケ	運動	しんきんぐぐるーぷ 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	うつCBT⑥		13:00~ フラワー アレンジメント	運動		えいごのじかん 手芸部	双極性障害① オフィスワーク	12:45~ アウトドア サークル	就労 オフィスワーク	オフィスワーク	卓球同好会 14:00~ バレエストレッチ	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	コミュニケーション入門⑩	ADHD②	再発予防 キャリア相談	
16:00~18:00	16:00~18:00	料理		オフィスワーク	つくたべ	仕事に役立つ SST		15:10~ 16:10~ 17:00 体操	15:10~ 16:10~ 17:00 体操	16:00 歌の集い 17:00 体操	ハッピー ジョブサーチ	オフィスワーク	料理	オフィスワーク	料理	フォローアップ			
精神科	リワーク	15			16			17			18			19			20		
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		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	ACT⑦	オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	栄養学	ほづみ定食	プレ調理	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	うつCBT⑦		13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部	双極性障害② オフィスワーク	12:45 水泳 13:30~ ポエム	就労 オフィスワーク	リラクゼーション	卓球同好会 14:00~ バレエストレッチ	ADHD グループ③	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	コミュニケーション入門⑪	キャリア相談	
16:00~18:00	16:00~18:00	料理		オフィスワーク	つくたべ	仕事に役立つ SST		15:10~ 16:10~ 17:00 体操	15:10~ 16:10~ 17:00 体操	16:00 歌の集い 17:00 体操	ハッピー ジョブサーチ	オフィスワーク	料理	オフィスワーク	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	ナースの時間		オフィスワーク	ライフスキル講座 アロマ/ストレッチ	ACT⑧	オフィスワーク	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	調理	10:30~ カラオケ	運動	しんきんぐぐるーぷ 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	うつCBT⑧		13:00~ フラワー アレンジメント	運動		VR SST体験 手芸部	双極性障害③ オフィスワーク	12:45 水泳 VR SST体験	就労 オフィスワーク	オフィスワーク	卓球同好会 14:00~ バレエストレッチ	ADHD グループ④	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	コミュニケーション入門⑫	オフィスワーク	
16:00~18:00	16:00~18:00	料理		オフィスワーク	つくたべ	仕事に役立つ SST		15:10~ 16:10~ 17:00 体操	15:10~ 16:10~ 17:00 体操	16:00 歌の集い 17:00 体操	ハッピー ジョブサーチ	オフィスワーク	料理	オフィスワーク	料理	フォローアップ			
精神科	リワーク	29			30														
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												
11:00~12:00	10:00~12:00	昭和の日		アロマ/ストレッチ	振り返り	 <p>*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</p>													
13:00~15:00	13:00~15:00			13:00~ フラワー アレンジメント	運動														
16:00~18:00	16:00~18:00			つくたべ	仕事に役立つ SST														

\*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