

# 精神科デイケア2024年7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	就労準備	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	就労 オフィス ワーク	オフィス ワーク	アロマ/ ストレッチ	就労 オフィス ワーク	ACT ① オフィス ワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労 オフィス ワーク	グループ ワーク	ほづみ定食		プレ調理	10:30~ カラオケ		就労 オフィス ワーク	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 つくるう		うつCBT④	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部		双極症 ① オフィス ワーク	12:45 水泳	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	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①	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~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク	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	就労準備	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	就労 オフィス ワーク	オフィス ワーク	ライフスキル講座 アロマ/ストレッチ	ACT ② オフィス ワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労 オフィス ワーク	栄養学	新聞 スクラップ PC教室	グループ ワーク	調理	10:30~ カラオケ		就労 オフィス ワーク	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 つくるう		うつCBT⑤	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		マインドフルネス 手芸部		双極症 ② 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	ADHD グループ②	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②	再発予防入門 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~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク	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	就労準備	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	海の日			アロマ/ ストレッチ	就労 オフィス ワーク	ACT ③ オフィス ワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労 オフィス ワーク	グループ ワーク	ほづみ定食		プレ調理	10:30~ カラオケ		就労 オフィス ワーク	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				13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部		双極症 ③ 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	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③	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~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク	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
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	就労準備	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	就労 オフィス ワーク	オフィス ワーク	ライフスキル講座 アロマ/ストレッチ	ACT ④ オフィス ワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労 オフィス ワーク	ナーズの 時間	新聞 スクラップ PC教室	グループ ワーク	調理	10:30~ カラオケ		就労 オフィス ワーク	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 つくるう		うつCBT⑥	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		栄養学 手芸部		双極症 ④ オフィス ワーク	12:45 水泳 13:30~ コミュニケーション 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~ 運動	ADHD グループ④	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④	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~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク	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			31			 <p>*リワーク：フォローアップ：6日 20日（16:00～）になります *発達障害の方を対象としたプログラム（金曜日ADHD 土曜日ASD） 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>									
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	ナーズの時間		オフィス ワーク	アロマ/ ストレッチ	就労 オフィス ワーク	ACT ⑤ オフィス ワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労 オフィス ワーク	振り返り										
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなで つくるう		うつCBT⑦	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部		双極症 ⑤ 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~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク											

\*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