

精神科デイケア2025年10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			
発達	就労準備	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	*リワーク：フォローアップ4日 18日(16:00~)になります						書道 11:30~ リラクゼーション	就労SST	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		オフィスワーク
13:00~15:00	13:00~15:00	*就労準備：ジョブトーク 11日になります						風船バレー 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~ 運動		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② ADHD	オフィスワーク	
16:00~18:00	16:00~18:00	*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下さい。						15:10~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	つくたべ	オフィスワーク	16:00 歌の集い	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	音楽の時間 / 料理 ライブスキル講座		フォローアップ	
精神科	リワーク	6			7			8			9			10			11			
発達	就労準備	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~ SST		オフィスワーク	アロマ/ ストレッチ	就労 オフィスワーク	ACT④ オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労SST	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 つくろう		うつCBT	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 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~ 運動	ADHD グループ③	卓球同好会 14:00~ 運動	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	ASDコミュニ ケーション①	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	つくたべ	オフィスワーク	16:00 歌の集い	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	就労準備 ジョブトーク	オフィスワーク		
精神科	リワーク	13			14			15			16			17			18			
発達	就労準備	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	スポーツの日			アロマ/ ストレッチ	就労 オフィスワーク	ACT⑤ オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労SST	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		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		栄養学 手芸部		双極症③ オフィスワーク	12:45 水泳	就労 オフィスワーク	リラクセ ーション	卓球同好会 14:00~ 運動	ADHD グループ④	卓球同好会 14:00~ 運動	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	ASDコミュニ ケーション②	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	つくたべ	オフィスワーク	16:00 歌の集い	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	20			21			22			23			24			25			
発達	就労準備	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~ SST		オフィスワーク	アロマ/ ストレッチ	就労 オフィスワーク	ACT⑥ オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労SST	ナースの 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 つくろう		うつCBT	13:00~ フラワー アレンジメント	運動		茶道 手芸部		双極症④ オフィスワーク	13:30~ コミュニケー ション	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⑤	卓球同好会 14:00~ 運動	再発予防	卓球同好会 14:00~ サタデースポーツ	ASDコミュニ ケーション③	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	つくたべ	オフィスワーク	16:00 歌の集い	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	オフィスワーク			
精神科	リワーク	27			28			29			30			31						
発達	就労準備	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	ナースの時間		オフィスワーク	バーベキュー 		ACT⑦ オフィスワーク	書道 11:30~ リラクゼーション	就労SST	グループ ワーク	ほづみ定食		オフィスワーク	10:30~カラオケ		就労 オフィスワーク	運動			
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなで つくろう		うつCBT			運動		モルック 手芸部		双極症⑤ 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	リラクセ ーション	卓球同好会 14:00~ 運動	ADHD グループ⑥	卓球同好会 14:00~ 運動			振り返り
16:00~18:00	16:00~18:00	料理		オフィスワーク			仕事に役立つ SST		15:10~ 你好クラブ 就労オフィスワーク	つくたべ	オフィスワーク	16:00 歌の集い	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			

プログラムは変更になることもあります

市ヶ谷ひもろぎクリニック 精神科デイケア