

精神科デイケア2025年12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				
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	ACT ④ オフィス ワーク	書道 11:30～ リラクセーション	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 統合失調症		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 ⑩ オフィス ワーク	12:45 水泳 13:30 ～ 茶話会	就労 オフィス ワーク	アート	卓球同好会 14:00～ 運動	ADHD グループ⑪	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⑨	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 ライフスキル講座		フォローアップ			
精神科	リワーク	8			9			10			11			12				13				
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	ACT ⑤ オフィス ワーク	書道 11:30～ リラクセーション	就労SST	グループ ワーク	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		栄養学 手芸部		双極症 ⑪ 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⑫	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⑩	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	就労準備 ジョブトーク	オフィス ワーク			
精神科	リワーク	15			16			17			18			19				20				
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	ACT ⑥ オフィス ワーク	書道 11:30～ リラクセーション	就労SST	栄養学	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		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 ⑫ オフィス ワーク	13:30 ～ ポエム	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①	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⑪	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	22			23			24			25			26				27				
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	ACT ⑦ オフィス ワーク	書道 11:30～ リラクセーション	就労SST	ナースの 時間			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		クリスマス会準備 手芸部		オフィスワーク			卓球同好会 14:00～ 運動	ADHD グループ②	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～ 你好クラブ 就労オフィスワーク	オフィス ワーク	料理			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	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												
11:00 ～ 12:00	10:00 ～ 12:00	ナースの時間		振り返り	 <div>冬季休暇 12月30日～1月4日</div> 																	
13:00 ～ 15:00	13:00 ～ 15:00	みんなで つくろう		うつCBT																		
16:00 ～ 18:00	16:00 ～ 18:00	料理		オフィス ワーク																		
＊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：ジョブトーク 13日になります ＊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下さい。 12/18（木）～12/24（水）はクリスマス会準備期間としてプログラム内容が変更になることがあります。 あらかじめご了承ください																						

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