

# 精神科デイケア2026年3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	2		3		4		5		6		7		8		9								
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							
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	就労オフィスワーク	ACT⑧	オフィスワーク	書道	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	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CBT	13:00~フラワーアレンジメント	運動		お花見話し合い	双極症⑧	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	ADHDグループ⑩	卓球同好会	再発予防	卓球同好会	ASDコミュニケーション⑩	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		15:10~17:00 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	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						
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	就労オフィスワーク	ACT①	オフィスワーク	書道	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CBT	13:00~フラワーアレンジメント	運動		茶道	双極症⑨	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	ADHDグループ⑫	卓球同好会	再発予防	卓球同好会	ASDコミュニケーション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		15:10~17:00 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	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				
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	就労オフィスワーク	ACT②	オフィスワーク	書道	就労SST	グループワーク	ほづみ定食	プレ調理	春分の日			脳を鍛える時間	統合失調症	卓球同好会	ASDコミュニケーション⑫	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CBT	13:00~フラワーアレンジメント	運動		栄養学	双極症⑩	オフィスワーク	12:45水泳	就労オフィスワーク	リラクゼーション				卓球同好会	ADHDグループ⑬	卓球同好会	再発予防	卓球同好会	ASDコミュニケーション⑬	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		15:10~17:00 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	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			
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ		オフィスワーク	アロマ/ストレッチ	就労オフィスワーク	ACT③	オフィスワーク	書道	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	庭っしー	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CBT	13:00~フラワーアレンジメント	運動		茶道	双極症⑪	オフィスワーク	12:45水泳	就労オフィスワーク	オフィスワーク	卓球同好会	ADHDグループ⑭	卓球同好会	再発予防	卓球同好会	ASDコミュニケーション⑭	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		15:10~17:00 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	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	オフィスワーク					
11:00~12:00	10:00~12:00	ナースの時間		振り返り	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	 <p>*リワーク：フォローアップ7日・21日（16:00～）になります                      *就労準備：ジョブトーク 14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。</p>															
13:00~15:00	13:00~15:00	みんなでつくるう		うつCBT	13:00~フラワーアレンジメント	運動																		
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																		