

精神科デイケア2026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					
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 *就労準備：ジョブトーク 11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。																					
13:00~15:00	13:00~15:00				クリーンデイ & 夏祭り準備			双極症 ①	オフィスワーク	12:45 水泳 夏祭り準備	就労 オフィスワーク	アート	卓球同好会 夏祭り準備		再発予防		卓球同好会 夏祭り準備	コミュニケーション ⑦	ADHD ②	オフィスワーク			
16:00~18:00	16:00~18:00				つくたべ			15:10~ 16:00 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					
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ 10:45~ SST			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	11:30~ 書道 リラクゼーション	就労SST	グループワーク				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		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				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⑧	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~ 16:00 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	
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ 10:45~ SST			アロマ/ストレッチ	就労 オフィスワーク	ACT ②	オフィスワーク	11:30~ 書道 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		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		手芸部		双極症 ①	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~ 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~ 16:00 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					
11:00~12:00	10:00~12:00	シナリオ 10:45~ SST			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	11:30~ 書道 リラクゼーション	就労SST	グループワーク	新聞 スクラップ	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	統合失調症	オフィスワーク
13:00~15:00	13:00~15:00	海の日		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 水泳 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~ 16:00 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			
11:00~12:00	10:00~12:00			ナースの時間			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	11:30~ 書道 リラクゼーション	就労SST	ナースの時間	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	13:00~ フラワーアレンジメント	運動		手芸部		双極症 ③	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	リラクゼーション	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	つくたべ	仕事に役立つ SST	15:10~ 16:00 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							

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