



おおえメンタルクリニックゆう デイケア ”リカバリープログラム”

2018年10月

10月	月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日	5日
午前	英会話	陶芸教室	マインドフルネス	デイケアを考える会	認知機能トレーニング
午後	あたまのストレッチ	心理教育	WSM	運動をしよう	当事者研究
	8日	9日	10日	11日	12日
午前		習字をしよう	茶道教室	お悩み相談会	座禅
午後		やさしい精神医学	WSM	運動をしよう	SST
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	就労ミーティング	陶芸教室	マインドフルネス	音楽鑑賞	DVDを観よう
午後	あたまのストレッチ	心理教育	WSM	運動をしよう	やさしいストレッチ
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	華道教室	座禅
午後	当事者研究	WRAP	WSM	運動をしよう	SST
	29日	30日	31日	・プログラムは変更になる可能性があります。 	
午前	英会話	お悩み相談会	マインドフルネス		
午後	茶話会	WRAP	WSM		