

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”

2019年1月

1月	月	火	水	木	金
		1日	2日	3日	4日
午前	・プログラムは変更になる可能性があります。		年始休業 1~3日		認知機能トレーニング
午後					当事者研究
	7日	8日	9日	10日	11日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	デイケアを考える会	座禅
午後	お悩み相談会	心理教育	WSM	運動をしよう	SST
	14日	15日	16日	17日	18日
午前	 成人の日 お休み	陶芸教室	茶道教室	お悩み相談会	認知機能トレーニング
午後		やさしい精神医学	WSM	運動をしよう	当事者研究
	21日	22日	23日	24日	25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	コミュニケーションを学ぼう	心理教育	WSM	運動をしよう	SST
	28日	29日	30日	31日	
午前	習字をしよう	陶芸教室	マインドフルネス	音楽鑑賞	
午後	コミュニケーションを学ぼう	茶話会	WSM	運動をしよう	