

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"

2020年2月

2月	月	火	水	木	金
午前	<p>・プログラムは変更になる可能性があります。</p> <p>*「あたまのストレッチ」は柔軟に考える力を養います。</p>				
午後					
	3日	4日	5日	6日	7日
午前	習字をしよう	陶芸教室	マインドフルネス	社会資源を学ぼう	座禅
午後	あたまのストレッチ*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	やさしい精神医学
	10日	11日	12日	13日	14日
午前	英会話	 建国記念の日 (お休み)	茶道教室	茶話会	お悩み相談会
午後	あたまのストレッチ*		行動療法	運動をしよう	心理教育
	17日	18日	19日	20日	21日
午前	華道教室	陶芸教室	マインドフルネス	音楽鑑賞	映画鑑賞
午後	あたまのストレッチ*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	やさしいストレッチ
	24日	25日	26日	27日	28日
午前	 振替休日 (お休み)	パソコンをしよう	認知機能ってなに？	座禅	英会話
午後		認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	心理教育

