

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』

2020.6

6月	月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日	5日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	社会資源を学ぼう	座禅
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	やさしい精神医学
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	茶話会	習字をしよう	マインドフルネス	お悩み相談会	やさしい運動
午後	対人関係を学ぼう*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	心理教育
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	音楽鑑賞	映画鑑賞
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング	行動療法	運動をしよう	やさしい運動
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	座禅	やさしいヨガ	マインドフルネス	お悩み相談会	やさしい運動
午後	対人関係を学ぼう*	認知機能トレーニング	SST	運動をしよう	心理教育
	29日	30日	・プログラムは変更になる可能性があります。 *「対人関係を学ぼう」は、発達障害専門プログラムを参考としています。		
午前	英会話	パソコンをしよう			
午後	認知機能ってなに？	認知機能トレーニング			

