

# 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』

2021.7

7月	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前	・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、発達障害の方向けの内容を中心にみんなで学びます。 **「WSM」は健康自己管理について学びます。			社会資源を学ぼう	座禅
午後				心理教育	運動をしよう
	5日	6日	7日	8日	9日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	お悩み相談会	健康管理について
午後	WSM**	認知機能トレーニング	行動療法	対人関係を学ぼう*	運動をしよう
	12日	13日	14日	15日	16日
午前	茶話会	やさしい運動	マインドフルネス	音楽鑑賞	座禅
午後	WSM**	認知機能トレーニング	SST	心理教育	運動をしよう
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	 (お休み)	 (お休み)
午後	WSM**	認知機能トレーニング	行動療法		
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	やさしい運動	習字をしよう	マインドフルネス	お悩み相談会	健康管理について
午後	WSM**	認知機能トレーニング	SST	対人関係を学ぼう*	運動をしよう