

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』

2022.9

9月	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前	<p>・プログラムは変更になる可能性があります。</p> <p>*「WSM」は健康自己管理について学びます。</p> 			社会資源を学ぼう	座禅
午後				Rの時間	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	SST	Rの時間	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	外部講師プログラム
午後	WSM**	認知機能トレーニング	行動療法	Rの時間	運動をしよう
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	 <p>敬老の日</p>	パソコンをしよう	マインドフルネス	お悩み相談会	 <p>秋分の日</p>
午後		(お休み)	認知機能トレーニング	SST	
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	茶話会	習字をしよう	ウォーキングタイム	ちょこっと豆知識	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	Rの時間	運動をしよう