

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』

2022.12

12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。			映画鑑賞	リフレッシュタイム
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	音楽鑑賞	健康管理について
午後	リカバリーについて	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	お悩み相談会	リフレッシュタイム
午後	リカバリーについて	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	英会話	パソコンをしよう	マインドフルネス	音楽鑑賞	健康管理について
午後	リカバリーについて	認知機能トレーニング	SST	Rの時間	運動をしよう
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	リフレッシュタイム	習字をしよう	マインドフルネス	肺活エクササイズ	
午後	リカバリーについて	認知機能トレーニング	行動療法	Rの時間	(お休み)