



こころのリカバリークリニック+勝 デイケア『リカバリープログラム』

2024.10

10月	月	火	水	木	金
		1日	2日	3日	4日
午前	・プログラムは変更になる 可能性があります。	パソコンをしよう	リフレッシュタイム	思い出の時間	マインドフルネス
午後		認知トレーニング	SST	Rの時間	運動をしよう
	7日	8日	9日	10日	11日
午前	英会話	やさしい運動	生き活き体操	音楽鑑賞	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	行動療法	Rの時間	運動をしよう
	14日	15日	16日	17日	18日
午前	 スポーツの日 (お休み)	簡単♪椅子ヨガ	リフレッシュタイム	お悩み相談会	マインドフルネス
午後		認知トレーニング	SST	Rの時間	運動をしよう
	21日	22日	23日	24日	25日
午前	作ってみよう	習字をしよう	生き活き体操	音楽鑑賞	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	行動療法	Rの時間	運動をしよう
	28日	29日	30日	31日	
午前	茶話会	パソコンをしよう	リフレッシュタイム	Let'sレクリエーション	 Happy Halloween!
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	SST	Rの時間	