こころのリカバリークリニック十勝　デイケア『リカバリープログラム』　2026.6

6月	月	火	水	木	金
	1日	2日	3日	4日	5日
午前	創作活動	習字をしよう グループチューズデイ*	社会活動クラブ リフレッシュタイム	茶話会	マインドフルネス
午後	リカバリーについて リフレッシュタイム	Rの時間 [軽度認知障害プログラム]	認知行動療法	認知トレーニング	運動をしよう
	8日	9日	10日	11日	12日
午前	創作活動	音楽鑑賞	ウォーキングクラブ リフレッシュタイム	外部講師お茶会	私のトリセツ マインドフルネス
午後	リカバリーについて リフレッシュタイム	レクリエーション [軽度認知障害プログラム]	気軽なカフェタイム	認知トレーニング	運動をしよう
	15日	16日	17日	18日	19日
午前	創作活動	簡単♪椅子ヨガ 勉強クラブ	社会活動クラブ リフレッシュタイム	ピアサポーター特別企画	マインドフルネス
午後	リカバリーについて リフレッシュタイム	Rの時間 [軽度認知障害プログラム]	認知行動療法	認知トレーニング	運動をしよう
	22日	23日	24日	25日	26日
午前	創作活動	習字をしよう グループチューズデイ*	ウォーキングクラブ リフレッシュタイム	音楽鑑賞	私のトリセツ マインドフルネス
午後	リカバリーについて リフレッシュタイム	Rの時間 [軽度認知障害プログラム]	SST	認知トレーニング	運動をしよう
	29日	30日			
午前	創作活動	お悩み相談会			
午後	リカバリーについて リフレッシュタイム	Rの時間 [軽度認知障害プログラム]			

・プログラムは変更になる可能性があります。

＊「グループチューズデイ」はメンバーが決まっています。

・今月の「デイケアを考える会」は6/18の朝ミーティング後に行います。

・火曜の午後の[軽度認知障害プログラム]は主治医の指示があった方が対象です。