



# 10月デイ・ショートケアプログラム



時間： 午前9：30-12：30 午後13：00-16：00 ナイト16：00-20：00 （時間は変更する場合があります）

曜日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
午前		ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのつくろう！ 精神保健福祉士 個別相談		学生デイケア
午後		フリータイム (卓球&ゲーム)	ものづくり 倶楽部	eスポーツ		
ナイト					大人のナイトケア	
	7	8	9	10	11	12
午前	ほのほの つくろう！	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのつくろう！ 精神保健福祉士 個別相談		学生デイケア
午後	お絵かき	フリータイム (卓球&ゲーム)	ものづくり 倶楽部	学習の時間		中高生のためのSST
ナイト					大人のナイトケア	
	14	15	16	17	18	19
午前		ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのつくろう！ 精神保健福祉士 個別相談		学生デイケア
午後	スポーツの日	フリータイム (卓球&ゲーム)	ものづくり 倶楽部	eスポーツ		
ナイト					大人のナイトケア	
	21	22	23	24	25	26
午前	ほのほのつくろう！ 精神保健福祉士 個別相談	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほの つくろう！		学生デイケア
午後	お絵かき	フリータイム (卓球&ゲーム)	ものづくり 倶楽部	学習の時間		学生デイケア
ナイト					大人のナイトケア (体育)	
	28	29	30	31		
午前	フラワー アレンジメント	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのつくろう！ 精神保健福祉士 個別相談		
午後	お絵かき	フリータイム (卓球&ゲーム)	ものづくり 倶楽部	eスポーツ		
ナイト						

2024.9.12

- ・学生さんが参加できるプログラムは原則として学生プログラム（学生デイケア）のみです。  
大人のプログラムへの参加を希望される場合は、医師またはスタッフへご相談ください。
- ・学生SSTは10月12日（第2土曜）に変更となりました。



東ロメンタルクリニック

# 10月 リワークデイケアプログラム@Canopusビル3F

時間：午前9:30-12:00 午後13:00-15:30 (時間は変更する場合があります)

曜日	月	火	水	木	金
				3	4
午前				健康体操	じぶん実験
午後					不安・ゆううつとの付き合い方
	7			10	11
午前	疾病理解と 集団認知行動療法			アロマヨガ	じぶん実験
午後					大人のSST
	14			17	18
午前	スポーツの日			健康体操	じぶん実験
午後					不安・ゆううつとの付き合い方
	21			24	25
午前	疾病理解と 集団認知行動療法			アロマヨガ	じぶん実験
午後					大人のSST
	28			31	
午前	疾病理解と 集団認知行動療法			健康体操	
午後					

月曜の「疾病理解と  
集団認知行動療法」  
金曜の「じぶん実験」  
は  
主治医の許可が必要な  
デイケアになります。

参加希望者は  
主治医にご相談ください。

じぶん実験は  
毎月1週目が  
第一回目になります。  
初参加の方は  
必ず第一週目に  
ご参加ください

リワークとは、復職・再就職支援のことです。

リワークデイケアへの参加には、必ず主治医の許可が必要になります。

参加ご希望の方は、主治医の許可を得たうえで、必ず**当月第一週目**のじぶん実験から

参加してください。そのほかのプログラム・月初じぶん実験以外の時間では利用の説明をしていません。



東ロメンタルクリニック