

11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
午前						<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; text-align: center;"> 学生デイ お休み </div>
午後						
ナイト						
	3	4	5	6	7	8
午前	<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; text-align: center;"> 文化の日 </div>	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのすごそう 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		学生デイケア (手芸)
ナイト						大人のナイトケア
	10	11	12	13	14	15
午前	ほのほのすごそう かけはしテラス	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのすごそう 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	ほのほの すごそう		中高生のためのSST
ナイト						大人のナイトケア
	17	18	19	20	21	22
午前	フラワー アレンジメント かけはしテラス	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのほのすごそう 精神保健福祉士 個別相談	特別体育 プログラム	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	eスポーツ		学生デイケア (手芸)
ナイト					大人のナイトケア	
	24	25	26	27	28	29
午前	<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; text-align: center;"> 振替休日 </div>	ヨガ 精神保健福祉士 個別相談	手芸 ～クラフト～	ほのほの すごそう		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	ほのほの すごそう		
ナイト						大人のナイトケア

・学生デイケア（手芸）は、参加人数によっては中止となることがあります。
 ・「特別体育プログラム」の詳細は後日ポスターにて院内に掲示いたします。

11月 デイケアプログラム@Canopusビル3F

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

曜日	月	火	水	木	金
		<p>月曜の「疾病理解と 集団認知行動療法」 「双極性障害の心理教育」 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。</p> <p>参加希望者は 主治医にご相談ください。</p> <p>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</p>			
午前					
午後					
	3			6	7
午前	文化の日			健康体操	じぶん実験①
午後					不安・ゆううつとの 付き合い方⑩
	10	13	14		
午前	疾病理解と 集団認知行動療法 ⑧	アロマヨガ	じぶん実験②		
午後	双極性障害の 心理教育⑦		不安・ゆううつとの 付き合い方⑪		
	17	20	21		
午前	疾病理解と 集団認知行動療法 ⑨	健康体操	じぶん実験③		
午後	双極性障害の 心理教育⑧		不安・ゆううつとの 付き合い方⑫		
	24	27	28		
午前	振替休日	アロマヨガ	じぶん実験④		
午後			不安・ゆううつとの 付き合い方⑬		

 東ロメンタルクリニック

Canopusビル3階のプログラム参加には、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。

尚、じぶん実験以外のプログラム・月初じぶん実験以外の時間では復職/再就職支援の説明はしていません。

※「アロマヨガ・健康体操」「じぶん実験」以外のプログラムは3ヶ月で1クール(9~11月)の内容です。予約前に職員へご相談ください。

※「双極性障害の心理教育」は途中(①以降)からの参加はできません。新規参加希望の方はまず職員へご相談ください。