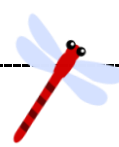


# 11月デイ・ショートケアプログラム

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>学生デイ<br/>お休み</div>                                                               |
| 午後  |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                             |                                                                                       |                                                                                       |
| ナイト |                                                                                    |                                                                                     |                                                                                     |                             |                                                                                       |                                                                                       |
|     | 3                                                                                  | 4                                                                                   | 5                                                                                   | 6                           | 7                                                                                     | 8                                                                                     |
| 午前  |                                                                                    | ヨガ                                                                                  | 手芸<br>～クラフト～                                                                        | ほのほのすごそう<br>精神保健福祉士<br>個別相談 |    | 学生デイケア                                                                                |
| 午後  | 文化の日                                                                               | フリータイム<br>(卓球&ゲーム)                                                                  | ものづくり<br>倶楽部                                                                        | eスポーツ                       |                                                                                       | 学生デイケア<br>(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<br>かけはしテラス                                                                | ヨガ                                                                                  | 手芸<br>～クラフト～                                                                        | ほのほのすごそう<br>精神保健福祉士<br>個別相談 |  | 学生デイケア                                                                                |
| 午後  | お絵かき                                                                               | フリータイム<br>(卓球&ゲーム)                                                                  | ものづくり<br>倶楽部                                                                        | ほのほの<br>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<br>アレンジメント<br>かけはしテラス                                                         | ヨガ                                                                                  | 手芸<br>～クラフト～                                                                        | ほのほのすごそう<br>精神保健福祉士<br>個別相談 | 特別体育<br>プログラム                                                                         | 学生デイケア                                                                                |
| 午後  | お絵かき                                                                               | フリータイム<br>(卓球&ゲーム)                                                                  | ものづくり<br>倶楽部                                                                        | eスポーツ                       |                                                                                       | 学生デイケア<br>(午後体育)                                                                      |
| ナイト |                                                                                    |                                                                                     |  |                             | 大人のナイトケア                                                                              |  |
|     | 24                                                                                 | 25                                                                                  | 26                                                                                  | 27                          | 28                                                                                    | 29                                                                                    |
| 午前  |                                                                                    | ヨガ<br>精神保健福祉士<br>個別相談                                                               | 手芸<br>～クラフト～                                                                        | ほのほの<br>すごそう                |  | 学生デイケア                                                                                |
| 午後  | 振替休日                                                                               | フリータイム<br>(卓球&ゲーム)                                                                  | ものづくり<br>倶楽部                                                                        | ほのほの<br>すごそう                |                                                                                       |                                                                                       |
| ナイト |                                                                                    |  |                                                                                     |                             |                                                                                       | 大人のナイトケア<br>(体育)                                                                      |

- ・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。



東ロメンタルクリニック

# 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<br/>集団認知行動療法」<br/>「双極性障害の心理教育」<br/>金曜の「じぶん実験」<br/>は<br/>主治医の許可が必要な<br/>デイケアになります。</p> <p>参加希望者は<br/>主治医にご相談ください。</p> <p>じぶん実験は<br/>毎月1週目が<br/>第一回目になります。<br/>初参加の方は<br/>必ず第一週目に<br/>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<br>付き合い方⑩ |
|    | 10                     |                                                                                                                                                                                                              |   | 13    | 14                  |
| 午前 | 疾病理解と<br>集団認知行動療法<br>⑧ |                                                                                                                                                                                                              |   | アロマヨガ | じぶん実験②              |
| 午後 | 双極性障害の<br>心理教育⑦        |                                                                                                                                                                                                              |   |       | 不安・ゆううつとの<br>付き合い方⑪ |
|    | 17                     |                                                                                                                                                                                                              |   | 20    | 21                  |
| 午前 | 疾病理解と<br>集団認知行動療法<br>⑨ |                                                                                                                                                                                                              |   | 健康体操  | じぶん実験③              |
| 午後 | 双極性障害の<br>心理教育⑧        |                                                                                                                                                                                                              |   |       | 不安・ゆううつとの<br>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<br>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。