



2月デイ・ショートケアプログラム



時間： 午前9：15-12：15 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
	2	3	4	5	6	7
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	eスポーツ		中高生のためのSST
ナイト					大人のナイトケア	
	9	10	11	12	13	14
午前	ほのほのすごそう かけはしテラス	ヨガ		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)	建国記念 の日	ほのほの すごそう		学生デイケア (手芸)
ナイト					大人のナイトケア	
	16	17	18	19	20	21
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		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		
ナイト					大人のナイトケア	
	23	24	25	26	27	28
午前		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	天皇誕生日	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		学生デイケア (手芸)
ナイト					大人のナイトケア	
午前						
午後						
ナイト						

・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。



東ロメンタルクリニック

2月 デイケアプログラム@Canopusビル3F

時間：午前9:15-12:15 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
	2	<p>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。</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>		5	6
午前	疾病理解と 集団認知行動療法 ⑧			健康体操	じぶん実験①
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⑧
	9			12	13
午前	疾病理解と 集団認知行動療法 ⑨			アロマヨガ	じぶん実験②
午後					不安・ゆううつとの 付き合い方⑨
	16			19	20
午前				健康体操	じぶん実験③
午後					不安・ゆううつとの 付き合い方⑩
	23			26	27
午前	天皇誕生日			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⑪
午前					
午後					



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。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。

※「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(12～2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。