



2月ディ・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	ほのぼのすごそう かけはしテラス	ヨガ	手芸 ～クラフト～	ほのぼのすごそう 精神保健福祉士 個別相談		学生ディケア
午後	お絵かき	フリータイム (卓球＆ゲーム)	ものづくり 俱楽部	eスポーツ		中高生のためのSST
ナイト		雪			大人のナイトケア	
	9	10	11	12	13	14
午前	ほのぼのすごそう かけはしテラス	ヨガ		ほのぼのすごそう 精神保健福祉士 個別相談		学生ディケア
午後	お絵かき	フリータイム (卓球＆ゲーム)	建国記念 の日	ほのぼの すごそう		学生ディケア (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～	ほのぼのすごそう 精神保健福祉士 個別相談		学生ディケア
午後	お絵かき	フリータイム (卓球＆ゲーム)	ものづくり 俱楽部	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～	ほのぼの すごそう		学生ディケア
午後	天皇誕生日	フリータイム (卓球＆ゲーム)	ものづくり 俱楽部	ほのぼの すごそう		学生ディケア (手芸)
ナイト					大人のナイトケア	
午前						
午後						
ナイト						

・学生ディケア（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			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	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。		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				アロマヨガ	じぶん実験④
午後	天皇誕生日				不安・ゆううつとの 付き合い方⑪
午前					
午後					

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。



東ロメンタルクリニック