

プログラム表

2023年 3 月

曜日 時間帯	月	火	水	木	金	土
AM						
PM			1	2	3	4
ナイト			ストレッチ【ヨガ】		認知行動療法実践版	
AM						
PM	6	7	8	9	10	11
ナイト	SST	土屋さんの健康回復プログラム⑤	ストレッチ【柔軟性アップ】		認知行動療法実践版	
AM						
PM	13	14	15	16	17	18
ナイト	部活動【ゲーム部/卓球部】	土屋さんの健康回復プログラム⑥	一五一会にさわろう		認知行動療法実践版	
AM						
PM	20	21	22	23	24	25
ナイト	部活動【一五一会中心部/囲碁将棋部】	デイケアお休み 春分の日	ストレッチ		ミニゲーム	
AM						
PM	27	28	29	30	31	
ナイト	デスクワークトレーニング	卓球・Wii	映画鑑賞		ストレッチ【睡眠改善】	

※ の箇所は生活就労支援と復職支援と一緒にを行うプログラムです。都合によりプログラム内容を変更させていただく場合があります。ご了承下さい。

※ 3/24(金)・3/31(金)の夕食は18時～となります。 / 3/24(金)15:15～就労グループ実施予定です。通常と異なり4週目の金曜日となります。