

# プログラム表

2021年 4 月

| 曜日<br>時間帯 | 月  |                     | 火  |                          | 水  |                    | 木  |                | 金            |                          | 土            |            |
|-----------|----|---------------------|----|--------------------------|----|--------------------|----|----------------|--------------|--------------------------|--------------|------------|
|           | AM |                     |    |                          |    |                    |    |                | デスクワークトレーニング |                          | デスクワークトレーニング |            |
| PM        |    |                     |    |                          |    |                    | 1  | ストレッチ          | 2            | デスクワークトレーニング<br>説明【OA課題】 | 3            | 復職者座談会     |
| ナイト       |    |                     |    |                          |    |                    |    |                |              | 認知行動療法実践版                |              |            |
| AM        |    | 運動のすゝめ              |    | デスクワークトレーニング+自律訓練法       |    | 大人の塗り絵・習字          |    | デスクワークトレーニング   |              | デスクワークトレーニング             |              | ミニゲーム      |
| PM        | 5  | SST                 | 6  | 土屋さんの健康回復プログラム①          | 7  | 一五一会で弾き語り          | 8  | 週間活動記録振り返り     | 9            | ストレッチ                    | 10           | 卓球         |
| ナイト       |    | Wii                 |    | 土屋さんの心理教育①<br>【リカバリープラン】 |    | ストレッチ              |    |                |              | 認知行動療法実践版                |              |            |
| AM        |    | 運動のすゝめ              |    | SST                      |    | デスクワークトレーニング+自律訓練法 |    | デスクワークトレーニング   |              | デスクワークトレーニング             |              | 音楽鑑賞       |
| PM        | 12 | 偏愛マップ               | 13 | 人間関係づくりトレーニング【基本編】       | 14 | 脳力アップトレーニング        | 15 | コーピング          | 16           | ストレッチ                    | 17           | 呼吸とヨガストレッチ |
| ナイト       |    | 部活動（一五一会中心部、囲碁・将棋部） |    | 映画鑑賞                     |    | ストレッチ              |    |                |              | 認知行動療法実践版                |              |            |
| AM        |    | 運動のすゝめ              |    | 自律訓練法                    |    | ストレッチ              |    | デスクワークトレーニング   |              | デスクワークトレーニング             |              | 大人の塗り絵・習字  |
| PM        | 19 | ナースプログラム【食事と運動】     | 20 | 土屋さんの健康回復プログラム②          | 21 | 一五一会にさわろう          | 22 | マインドフルネスを体験しよう | 23           | SST                      | 24           | ストレッチ      |
| ナイト       |    | 卓球                  |    | 土屋さんの怒りのマネジメント           |    | Wii                |    |                |              | 認知行動療法実践版                |              |            |
| AM        |    | 運動のすゝめ              |    | デスクワークトレーニング+自律訓練法       |    | ミニゲーム              |    |                |              | デスクワークトレーニング             |              |            |
| PM        | 26 | 土屋さんと相談スキルを学ぶ会      | 27 | 人間関係作りトレーニング【職場編】        | 28 | 音楽鑑賞               | 29 | 昭和の日           | 30           | 脳力アップトレーニング              |              |            |
| ナイト       |    | 土屋さんのストレスマネジメント     |    | 部活動（卓球・ゲーム部）             |    | ストレッチ              |    |                |              | 認知行動療法実践版                |              |            |

※ 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  
 ※ 職員のワクチン接種によりプログラム変更の可能性がありますのでご了承下さい

開所日

月・火・水・木・金・土曜日（日祝はお休みです）

デイケア開所時間 9:30～15:30  
ナイトケア開所時間 16:00～20:00  
デイナイトケア開所時間 9:30～20:00

★デイケア直通電話★ 047-359-1650 ※開所時間外は、留守番電話  
森ノ外クリニック電話 047-307-1171  
デイケアスタッフ 田中、西脇、青木、時田、上原、簗島、  
長谷川、神藤、風間、武田、原田、田向

森ノ外クリニックHP <http://www.morimental.com/daycare/index.html>

## お食事について

申込とキャンセル 昼食 当日 9時 までにお願ひします  
夕食 当日 12時 までにお願ひします。

注意事項 以下の食事時間にご不在の場合にはキャンセルとさせていただきます

昼食時間 月～土曜日 12時

夕食時間 月・火・水曜日 18時  
金曜日 17時  
木・土曜日 夕食はありません



