

# プログラム表

2020年 1 月

曜日 時間帯	月	火	水	木	金	土
AM						書初め
PM			1 冬期休暇	2 冬期休暇	3 冬期休暇	4 土曜日のわくわくキッチン
ナイト						
AM	6 脳力アップトレーニング	7 運動のすゝめ	8 デスクワークトレーニング説明【事務課題】	9 デスクワークトレーニング	10 デスクワークトレーニング	11 部活動
PM	人間関係づくりトレーニング【基本編】	土屋さんのコミュニケーション講座	一五一会で弾き語り	うつ病講座	マインドフルネスニッティング	復職者座談会
ナイト	卓球・wii	土屋さんの健康回復プログラム	ストレッチ		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	デスクワークトレーニング	デスクワークトレーニング	雑談力トレーニング
PM	13 成人の日	14 SST	15 合唱	16 週間活動記録振り返り	17 ヒーリングヨガ	18 ミニゲーム
ナイト		デスクワークトレーニング	部活動		認知行動療法実践版	
AM	20 キャリアアンカー	21 運動のすゝめ	22 ストレッチ	23 デスクワークトレーニング	24 デスクワークトレーニング	25 卓球・wii
PM	ナースプログラム【食事と運動】	土屋さんの心理教育【薬】	グリーンミュージック♪	SST	自律訓練法	ストレッチ
ナイト	ストレッチ	家族相談会	映画鑑賞		認知行動療法実践版	
AM	27 運動のすゝめ	28 ミニゲーム	29 一五一会にさわろう	30 デスクワークトレーニング	31 デスクワークトレーニング	
PM	土屋さんと相談スキルを学ぶ会	脳力アップトレーニング	人間関係づくりトレーニング【職場編】	30 マインドフルネスを体験しよう	31 ストレッチ	
ナイト	土屋さんのSSUすごろく	デスクワークトレーニング	音楽鑑賞		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

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

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 までにお願いします  
夕食 当日 12時 までにお願いします。

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・水曜日 18時  
火・金曜日 17時  
木・土曜日 夕食はありません