

# プログラム表

## 2021年 12 月

曜日 時間帯	月	火	水	木	金	土
AM			デスクワークトレーニング+自律訓練法	脳力アップトレーニング	RW-SST	ストレッチ 【肩こり・腰痛解消】
PM			1 一五一会で弾き語り	2 働く人のための時間管理①	3 デスクワークトレーニング	4 復職者座談会
ナイト			ストレッチ		17:45 認知行動療法実践版	
AM	6 運動のすゝめ	7 アサーショントレーニング①	8 大掃除	9 週間活動記録振り返り	10 RW-SST	11 音楽鑑賞
PM	認知行動療法をはじめて みよう～最初の一步～⑧	土屋さんの 健康回復プログラム⑤	大掃除	9 働く人のための時間管理②	10 デスクワークトレーニング	11 部活動(一五一会中心 部・囲碁将棋部)
ナイト	SST	15:30土屋さんの心理教育 ③【症状】	デスクワークトレーニング		17:45 認知行動療法実践版	
AM	13 運動のすゝめ	14 アサーショントレーニング②	15 ストレッチ 【柔軟性アップ】	16 人間関係づくり トレーニング【基本編】	17 RW-SST	18 卓球
PM	認知行動療法をはじめて みよう～最初の一步～⑨	土屋さんの 健康回復プログラム⑥	15 デスクワークトレーニング	16 働く人のための時間管理③	17 デスクワークトレーニング	ミニゲーム
ナイト	デスクワークトレーニング	15:30土屋さんの 怒りのマネジメント	デスクワークトレーニング		17:45 認知行動療法実践版	
AM	20 運動のすゝめ	21 アサーショントレーニング③	22 デスクワークトレーニング報告会	23 デスクワークトレーニング	24 RW-SST	25 ストレッチ 【ヨガ】
PM	自律訓練法	21 デスクワークトレーニング	22 クリスマス会	23 SST	24 働く人のための時間管理④	25 大人の塗り絵・習字
ナイト	脳力アップトレーニング	ストレッチ 【筋力アップ】	人間関係づくり トレーニング【職場編】		17:45 認知行動療法実践版	
AM	27 運動のすゝめ	28 デスクワークトレーニング 説明【OA課題】	29 デスクワークトレーニング	30 冬期休暇	31 冬期休暇	
PM	土屋さんのコミュニケーション講座	28 ナースプログラム 【健康診断】	29 働く人のための時間管理⑤			
ナイト	15:30土屋さんの心理教育 ④【働き方】	SST	ストレッチ			

※ 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、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・火・水曜日 18時  
金曜日 17時  
木・土曜日 夕食はありません