

2024年

9月

専門プログラム

月	火	水	木	金
2 ◇振り返り・週間目標・行動活性	3 ◇自習or選択プログラム □社会資源を使おう □ギタークラブ □糸掛けまんだら	4 ストレスコーピング	5 ◇自習or選択プログラム □SST □マインドfulness(コミセン) □切り紙	6 ◇健康維持のススメ(食事)
—お昼休み—	—お昼休み—		—お昼休み—	—お昼休み—
◇当事者研究	◇自習or選択プログラム □卓球 □エンタメトーク □書道	お休み	◇自習or選択プログラム □病気についてトーク □麻雀 □段ボールアート	◇自習or選択プログラム □ボードゲーム □カフェで涼もう@ペローチェ □手芸
9 ◇振り返り・週間目標・行動活性	10 ◇自習or選択プログラム □社会資源を使おう □ギタークラブ □マスコットづくり	11 ◇認知療法トレーニング	12 ◇自習or選択プログラム □SST □はあとべーじ(ふれあい製品フェア) □つまようじアート	13 ◇離脳体動(ウォーキング)
—お昼休み—	—お昼休み—	お休み	—お昼休み—	—お昼休み—
◇クライスプラン	◇自習or選択プログラム □卓球 □室内カラオケ(コミセン) □ワイヤークラフト		◇自習or選択プログラム □病気をを知る □折り紙	◇自習or選択プログラム □ボードゲーム □映画鑑賞 □タイルアート
16 敬老の日	17 ◇振り返り・週間目標・行動活性 □マインドfulness □社会資源を使おう □美文字 —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □エンジョイスポーツ(青葉体育館) □ジョブトーク □窓辺を彩ろう	18 ピアサポート お休み	19 ◇自習or選択プログラム □SST □ウォーキング □まんだら塗り絵 —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □麻雀 □快適生活 □刺し子	20 ◇マインドfulness —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □ボードゲーム □サイコロトーク □オススメ本紹介
23 振替休日	24 ◇振り返り・週間目標・行動活性 □社会資源を使おう □英会話 □スクラッチアート —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □エンジョイスポーツ(青葉体育館) □ピアサポート □アイロンビーズ	25 ◇認知療法トレーニング お休み	26 ◇自習or選択プログラム □SST □ウォーキング □クラフトバンド —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □ストレスコーピング □飲み物づくり □水彩画	27 ◇SST —お昼休み— ◇自習or選択プログラム □こころを軽くしよう □ボードゲーム □ゼンタングル
30 ◇振り返り・週間目標・行動活性 —お昼休み— ◇回復のためのKIZUNA				

受付時間 (プログラム途中参加はできません)

- ・ 9:30~10:00 → 午前・1日参加
- ・ 13:00~13:30 → 午後参加

専門プログラムは月曜全日・水曜金曜午前となります。

それ以外の曜日や時間は通常のケアプログラムと合同になります。
(朝)10:10~ (帰)15:45~ 全体ミーティングがあります。