

南藤沢クリニック リワーク・デイケア・10月プログラム 2025年

	月		火	水		木		金	
				1		2		3	
	リワーク	デイケア	リワーク	リワーク	デイケア	リワーク	デイケア	リワーク	デイケア
午前 (10時 ～ 12時)	 南藤沢クリニック デイケア・リワーク (0466)-21-9333			書に親しむ	個人作業 PC 自主活動	エピソード	室内運動	自己理解	スキル アップ
午後 (13時 15分 ～ 16時)				(ウォーキング) 室内運動 室内活動	個人作業 PC 自主活動	振り返り		音楽サークル	
						個別学習		個別学習	
	6		7	8		9		10	
午前	心理学習	認知行動 療法	コミュニケーション	人間関係の ワーク	個人作業 PC 自主活動	SST	SST	コラム	スキル アップ
午後	再発予防		マインドフルネス 個別学習	(ウォーキング) 室内運動	個人作業 PC 自主活動	椅子ヨガ (13時半～)		振り返り	
	個別学習			室内活動		個別学習		個別学習	
	13		14	15		16		17	
午前	スポーツの日		コミュニケーション	コラージュ	個人作業 PC 自主活動	エピソード	スクラップ 新聞	自己理解	スキル アップ
午後			マインドフルネス 個別学習	(ウォーキング) 室内運動 室内活動	個人作業 PC 自主活動	振り返り		音楽サークル	
						リラックスヨガ		個別学習	
	20		21	22		23		24	
午前	心理学習	認知行動 療法	コミュニケーション	グループ コンセンサス	個人作業 PC 自主活動	SST	グループ ワーク	エピソード	スキル アップ
午後	再発予防		マインドフルネス 個別学習	(ウォーキング) 室内運動 室内活動	個人作業 PC 自主活動	秩父宮体育館 (サブアリーナ)		振り返り	
	個別学習							個別学習	
	27		28	29		30		31	
午前	心理学習	認知行動 療法	コミュニケーション	メンバーズ プロジェクト	個人作業 PC 自主活動	エピソード	グループ ワーク	調理実践	スキル アップ
午後	再発予防		マインドフルネス 個別学習	(ウォーキング) 室内運動 室内活動	個人作業 PC 自主活動	個別学習		音楽サークル	
	個別学習					リラックスヨガ		個別学習	

