

南藤沢クリニック リワーク・デイケア・11月プログラム 2025年

	月 3		火 4	水 5		木 6		金 7	
	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)	文化の日		コミュニケーション	書に親しむ	個人作業 PC 自主活動	認知 行動療法	室内運動	自己理解	スキル アップ
午後 (13時 15分 ～ 16時)			ロングウォーキング マインドフルネス	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 リラックスヨガ	秩父宮体育館		
	10		11	12		13		14	
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	認知 行動療法	SST	自己理解	スキル アップ
午後	再発予防		ロングウォーキング マインドフルネス	ウォーキング (室内運動) 室内活動	個人作業 PC 自主活動	椅子ヨガ(13時半～)		音楽サークル	
	個別学習					個別学習		個別学習	
	17		18	19		20		21	
午前	心理学習	認知行動 療法	コミュニケーション	コラージュ	個人作業 PC 自主活動	認知 行動療法	スクラップ 新聞	自己理解	スキル アップ
午後	再発予防		ロングウォーキング マインドフルネス	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		室内運動	
	個別学習					リラックスヨガ		個別学習	
	24		25	26		27		28	
午前	振替休日		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	調理実践	Gワーク	自己理解	スキル アップ
午後			ロングウォーキング マインドフルネス	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 室内運動	音楽サークル 個別学習		
午前									
午後									
南藤沢クリニックデイケア・リワーク (0466)-21-9333									

