

南藤沢クリニック リワーク・デイケア・5月プログラム 2026年

	月		火	水		木	金
	リワーク	デイケア	リワーク	リワーク	デイケア	リワーク	1
午前 (10時 ~ 12時)							卒業生講演 (リアル再発予防)
午後 (13時 15分 ~ 16時)							振り返り
							メンバーズ
	4		5	6		7	8
午前	みどりの日		子どもの日	振替休日		コラム発表	自己理解
午後						メンバーズ	音楽サークル
	11		12	13		14	15
午前	心理学習	認知行動療法	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	自己理解
午後	再発予防		マインドフルネス ロングウォーキング	椅子ヨガ (13時半~) ※タオル持参		メンバーズ	秩父宮体育館 (サブアリーナ)
	個別学習					個別学習	
	18		19	20		21	22
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	自己理解
午後	再発予防		マインドフルネス ロングウォーキング	ウォーキング(室内運動) 室内活動		メンバーズ	音楽サークル
	個別学習					個別学習	個別学習
	25		26	27		28	29
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	認知行動療法	調理実践
午後	個別学習		マインドフルネス ロングウォーキング	ウォーキング(室内運動) 室内活動		椅子ヨガ(14時~) ※タオル持参	室内活動 自主活動
						個別学習	