

南藤沢クリニック リワーク・デイケア・9月プログラム 2026年

月		火 1	水 2		木 3	金 4		
リワーク	デイケア	リワーク	リワーク	デイケア	リワーク	リワーク		
午前 (10時 ～ 12時半)		コミュニケーション	書に親しむ	個人作業 PC 自主活動	エピソード	コラム		
午後 (13時半 ～ 16時半)		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		振り返り	音楽サークル		
					個別学習	個別学習		
7		8	9		10	11		
午前	心理学習	グループ ワーク	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	エピソード	自己理解	
午後	再発予防		室内活動	ウォーキング(室内運動) 室内活動	自律神経を 整えよう	秩父宮体育館 (サブアリーナ)		
	個別学習				個別学習			
14		15	16		17	18		
午前	心理学習	スクラップ 新聞	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	卒業生発表 (リアル再発予防)	
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	映画鑑賞	個別学習		
	個別学習					室内活動		
21		22	23		24	25		
午前	敬老の日		国民の休日		秋分の日		調理実践	自己理解
午後							個別学習	音楽サークル
							室内活動	個別学習
28		29	30		南藤沢クリニック デイケア・リワーク (0466)-21-9333			
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	
午後	再発予防		シンギングボール (13時半～)	ウォーキング(室内運動) 室内活動				
	個別学習							