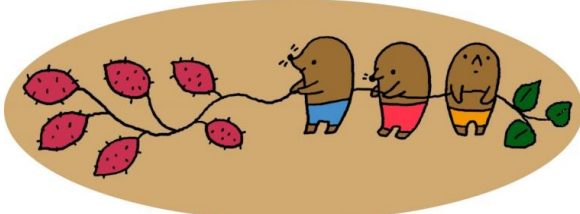


南藤沢クリニック リワーク・デイケア・10月プログラム 2026年

	月		火	水		木	金
						1	2
	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)	10月 					認知行動療法	自己理解
午後 (13時半 ～ 16時半)						個別学習	個別学習
						室内活動	室内活動
	5		6	7		8	9
午前	心理学習	グループワーク	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	ウォーキング(室内運動) 室内活動		自律神経を整えよう	音楽サークル
	個別学習					個別学習	個別学習
	12		13	14		15	16
午前	スポーツの日		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	卒業生発表 (リアル再発予防)
午後			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	個別学習	
					室内活動	室内活動	
			20	21		22	23
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	エピソード	調理実践
午後	再発予防		音楽サークル	ウォーキング(室内運動) 室内活動		振り返り	個別学習
	個別学習		個別学習			室内活動	室内活動
	26		27	28		29	30
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	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		秩父宮体育館 (サブアリーナ)	シンギングボール (13時半～)
	個別学習						