

2019年6月プログラム

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						6月1日	6月2日
午前						茶話会・SST	
午後						ゆったりサロン	
	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日	6月9日
午前	ゆったりサロン	ゆったりサロン		ゆったりサロン	ゆったりサロン	茶話会・SST	
午後	生活を見直そう (セルフケア)	体を動かそう (ゆったりヨガ)			調子を保とう・MCT	しごとクラブ	
	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日	6月15日	6月16日
午前	ゆったりサロン	ゆったりサロン		ゆったりサロン	ゆったりサロン	茶話会・SST	
午後	生活を見直そう (安全・危機管理)	体を動かそう (ストレッチ・筋トレ)			調子を保とう・MCT	ゆったりサロン/や すらぎ茶話会	
	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日	6月23日
午前	ゆったりサロン	ゆったりサロン		ゆったりサロン		茶話会・SST	
午後	生活を見直そう (社会資源)	体を動かそう (ゆったりヨガ)				しごとクラブ(外部 講師)	
	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日	6月30日	
午前	ゆったりサロン	ゆったりサロン		ゆったりサロン	ゆったりサロン	茶話会・SST	
午後	生活を見直そう (熱中症について)	体を動かそう (ストレッチ・筋トレ)			調子を保とう・MCT	ゆったりサロン	

- ・ゆったりサロン:個人活動(パソコン・創作活動・学習プリントなど)
 - ・調子を保とう:元気回復行動プランなどを使って自分の体調をコントロールするためのプログラム
 - ・MCT:メタ認知トレーニング、考え方を柔軟にするためのプログラム
 - ・SST:ソーシャル・スキル・トレーニング、コミュニケーションの練習プログラム
 - ・しごとクラブ:就労準備のためのプログラム
 - ・やすらぎ茶話会:就労中・他施設利用の方対象のプログラム
- * 6月21日金曜日は臨時休業(外来・デイケア)になります。