

2024年5月(修正版)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			5月1日	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日
午前			ゆったりサロン				
午後			しごとクラブ (チェック表)				
	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日	5月12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		
午後		体を動かそう (ゆったりヨガ)	気持ちスッキリ		調子を保とう		
	5月13日	5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日	5月19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	ゆったりサロン		
午後	生活を見直そう (健康教室・熱中症について)	体を動かそう (ストレッチ・筋トレ)	茶話会・SST		調子を保とう		
	5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日	5月25日	5月26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	ゆったりサロン		
午後	生活を見直そう (社会資源・訪問看護について)	体を動かそう (ゆったりヨガ)	しごとクラブ (仕事さがしのコツ)		調子を保とう		
	5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31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	ゆったりサロン		
午後	生活を見直そう (食生活)	体を動かそう (ストレッチ・筋トレ)	茶話会・SST		調子を保とう (SCIT)		

- ・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
- ・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・気持ちスッキリ: 心理スタッフによるプログラム