



6月 デイケアプログラム 前半



	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
AM		個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT⑤(行動活性化) 自分と向き合う会
PM①		マッサージ (ハンドマッサージ①)	音楽	脳トレ (あるなしクイズ)	心理の話 (ストレス)	ゆっくり活動 (書写)
PM②		コーラスカフェ	コミュニケーション④ (人間関係のランキング)	簡単クッキング (デザート)	SST	
	ヨガ 家族教室⑧		疾患教育① (統合失調症)			
	7	8	9	10	11	12
AM	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT⑥(問題解決技法) 自分と向き合う会
PM①	リラクゼーション (筋弛緩法①)	マッサージ (ハンドマッサージ②)	音楽	脳トレ (なぞなぞ)	心理の話 (会話の話題の選び方)	ゆっくり活動 (コラージュ)
PM②	生活スキルアップ	コーラスカフェ	コミュニケーション⑤ (1メッセージ)	簡単クッキング (簡単おかず)	SST	
			ヨガ 家族教室①	疾患教育② (うつ病)		
	14	15	16	17	18	19
AM	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT⑦(アサーション①) 自分と向き合う会
PM①	リラクゼーション (筋弛緩法②)	マッサージ (ハンドマッサージ③)	音楽	脳トレ (雑学クイズ)	心理の話 (励まし方)	ゆっくり活動 (ぬり絵)
PM②	生活スキルアップ	コーラスカフェ	コミュニケーション⑥ (アサーション練習)	簡単クッキング (デザート)	SST	
			ヨガ 家族教室②	疾患教育③ (双極性障害)		



6月 デイケアプログラム 後半



	21	22	23	24	25	26
AM	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT⑧(アサーション②)
PM①	リラクゼーション (筋弛緩法③)	マッサージ (フットマッサージ①)	音楽	脳トレ (ことわざ)	心理の話 (苦手な人との付き合い方)	自分と向き合う会
PM②	生活スキルアップ (栄養士のお話)	コーラスカフェ	コミュニケーション⑦ (アサーション実践)	簡単クッキング (簡単おかず)	SST	ゆっくり活動 (お元気ですか)
			ヨガ	疾患教育④ (パニック障害)		
			家族教室③			
	28	29	30			
AM	個人活動	個人活動	個人活動			
PM①	リラクゼーション (筋弛緩法④)	マッサージ (フットマッサージ②)	音楽			
PM②	生活スキルアップ	コーラスカフェ	ヨガ	家族教室④		

お知らせと注意点

- ・午前中の個人活動は作業療法士が担当します。
- ・プログラム内容は変更することがあります。

