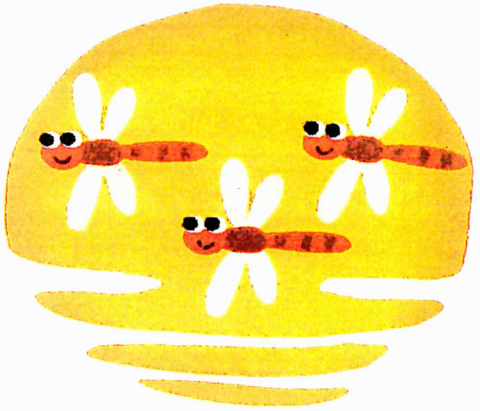
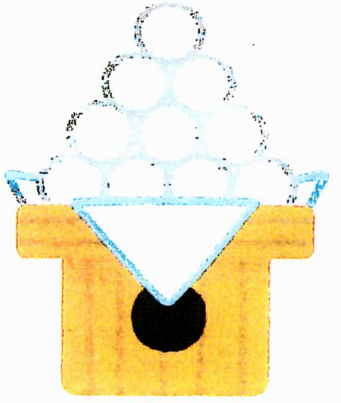
9月　デイケアプログラム 前半

	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
AM			個人活動	個人活動	個人活動	CBT①(認知行動療法とは)
PM①			音楽	脳トレ (あるなしクイズ)	心理の話 (寂しさについて)	ゆっくり活動
PM②			コミュニケーション① (コミュニケーションとは)	簡単クッキング (デザート)	SST	
			ヨガ	疾患教育⑤ (過食症)		
			家族教室⑤			
	6	7	8	9	10	11
AM	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT②(3つのコラム)
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①)	音楽	脳トレ (なぞなぞ)	心理の話 (上手な断り方)	ゆっくり活動
PM②	コーラスカフェ	生活スキルアップ	コミュニケーション② (コミュニケーションのズレ)	簡単クッキング (デザート)	SST	
			ヨガ	疾患教育⑥ (拒食症)		
			家族教室⑥			
	13	14	15	16	17	18
AM	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	個人活動	CBT③(7つのコラム)
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②)	音楽	脳トレ (雑学クイズ)	心理の話 (嫉妬について)	ゆっくり活動
PM②	コーラスカフェ	生活スキルアップ	コミュニケーション③ (自分と相手との境界線)	簡単クッキング (簡単おかず)	SST	
			ヨガ	疾患教育⑦ (強迫性障害)		
			家族教室⑦			

9月　デイケアプログラム 後半

	20	21	22	23	24	25
AM	敬老の日	個人活動	個人活動	秋分の日	個人活動	CBT④(7つのコラム)
PM①		マッサージ (ハンドマッサージ③)	音楽		心理の話 (上手に話しかけるコツ)	ゆっくり活動
PM②		生活スキルアップ	コミュニケーション④ (人間関係のランキング) ヨガ 家族教室⑧		SST	

	27	28	29	30
AM	個人活動	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③)	マッサージ (ハンドマッサージ④)	音楽	脳トレ (ことわざ)
PM②	コーラスカフェ	生活スキルアップ	ヨガ	簡単クッキング (簡単おかず) 疾患教育⑧ (社交不安障害)



お知らせと注意点
・プログラム内容は変更することがあります。