



復職プログラム



あさひの家



10月予定表

TEL 0566-76-5299

日		月		火		水		木		金		土	
				1		2		3		4		5	
A M	/			マインドフルネス瞑想		ドリル(計算)		お休み		ビーズ色仕分け作業			
P M				グループワーク (討論型)		アサーショントレーニング				陶芸で集中			
6		7		8		9 ナイトのない日		10		11		12	
A M	お休み			リワークミーティング		写経		マインドフルネス瞑想		お休み		ドリル(論理的思考)	
P M				うつ病について (急性~回復)		SST		自己分析				スポーツジムでダンスサイズ	
13		14		15		16		17		18		19	
A M	お休み			リワークミーティング		院外活動		お休み		ドリル(数独)			
P M				グループワーク (作業型)						レザークラフト ~小銭入れ~			
20		21		22		23 ナイトのない日		24		25		26	
A M	お休み			リワークミーティング		マインドフルネス瞑想		ビーズ色仕分け作業		お休み		リワークハイキング ~桑谷山~	
P M				うつ病について (慢性~寛解)		SST		リラクセーション					
27		28		29		30		31		/			
A M	お休み			リワークミーティング		ジグソーパズル		マインドフルネス瞑想					
P M				薬について (抗うつ薬・眠剤など)		グループワーク (討論型)		クレペリン検査					

- * デイケアでは、午前と午後にそれぞれプログラムを実施しています。
(午前10:30~11:30頃、午後13:00~15:00頃)
- * プログラム以外でも、3F作業療法室にて、陶芸・革細工・木工DIY・手芸各種、その他の活動を行っています。
(気分転換・趣味の確立・楽しみ・暇つぶし・人との交流・ストレス発散・集中力の向上等)
- * 健康トレーニングルームあります。
- * 月・水・金はスポーツジムを開放しています。(13:00~16:00) (院外活動の日は開きません)