



復職プログラム



あさひの家



11月予定表

TEL 0566-76-5299

日		月		火		水		木		金		土								
										1	2									
										マインドフルネス瞑想										
										レザークラフト										
3		4		5		6		7		8		9								
お休み		お休み		マインドフルネス瞑想		ビーズ色仕分け作業		お休み		ドリル(論理的思考)										
				SST		アサーショントレーニング				森林浴										
10		11		12		13 ナイトのない日		14		15		16								
お休み		マインドフルネス瞑想		ドリル(数独)		ジグソーパズル		お休み		写経										
		うつ病について		グループワーク (作業型)		自己分析				クレペリン検査										
17		18		19		20 ナイトのない日*		21		22		23								
お休み		ジグソーパズル		マインドフルネス瞑想		院外活動		お休み		リワークハイキング (猿投山)		お休み								
		薬について		SST																
24		25		26		27 ナイトのない日		28		29		30								
お休み		マインドフルネス瞑想		ビーズ色仕分け作業		ドリル(計算)		お休み		写仏										
		うつ病座談会 (症状・薬など)		グループワーク (討論型)		リラクセーション				ジムでダンスサイズ										

* 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)

* 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)

* 11月20日(水)はプログラムにより、ナイトケアの実施ございません。デイケア参加の方は12時まで、ショートケア参加の方は14時までに受付を済ませるようお願いします。院外活動参加希望の方のみデイナイトケア参加でお願いします。