

# 2025年1月の予定

## 汐入メンタルクリニック デイケア

\*ナイトケアは現在休止しています。  
 \*昼食の注文は10:30で締め切り、12:30より召し上がっていただきます。  
 (但し、プログラムの関係上昼食時間が12:00の場合があります)  
 \*音楽サークルはサークル活動です。詳しくは担当スタッフまで。  
 \*午前・午後それぞれ1つずつプログラムを選んで参加できます。

\*プログラムに参加しない場合には  
 自分で過ごし方を考えて過ごすことが出来ます。

- 心理教育プログラム
- 就労支援プログラム
- 運動や屋外で身体を動かす
- 創作活動(手工芸等)
- サークル活動
- その他の様々なプログラム

水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
年始休業 1/6(月)より開催します				

曜日	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む) 書初め	双極ピアミーティング <small>※事前申込者のみ</small>	からだをみる(計測)		習字・ペン習字	パタンク	
PM	復職準備グループ(終日) <small>※事前申込</small> 農作業 初詣散歩 百人一首	太極拳	からだにきく		コラージュ	歌声喫茶	
		新年お茶会	こころにきく 「触る瞑想」		SST「雑談」 <small>*事前申込者のみ</small>	音楽サークル	
		趣味活動	散 歩		農作業 趣味活動	卓 球	

日	13	14	15	16	17	18	19
AM		趣味活動 (ニードルフェルト含む)	SYABERIBA 「バスレク グループ決め・その他」		習字・ペン習字	モルック	
PM	成人の日	復職準備グループ(終日) <small>※事前申込</small> WRAP ① <small>※事前申込者のみ</small> 農作業	チャレンジグループ(仮) <small>*事前申込者のみ</small> 散 歩 趣味活動		コラージュ	歌声喫茶	
					SST「問題解決技法」 <small>*事前申込者のみ</small>	音楽サークル	
					農作業(牛ふん作業) 趣味活動	外出プログラム	

日	20	21	22	23	24	25	26
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む)	生活上手	からだをみる(計測)		習字・ペン習字	パタンク	
PM	復職準備グループ(終日) <small>※事前申込</small> アサーショントレーニング① 「アサーションとは何か」 農作業	頭の体操	からだにきく		コラージュ	歌声喫茶	
		ことばと遊ぶ	ズボラ飯アドバンス		こころの健康講座 「認知行動療法」 (基本的な考え方と 簡単なワーク)	音楽サークル 外部練習 13-15	
		趣味活動(革工芸含む)	はじめの一步 (デイケア登録後 半年以内の方) 趣味活動		農作業(牛ふん作業) 趣味活動	卓球	
N				赤提灯			

日	27	28	29	30	31
AM	趣味活動 (ニードルフェルト含む)	マットでヨガ <small>※動きやすい服装で</small>	からだをみる(計測)		習字・ペン習字
PM	復職準備グループ(終日) <small>※事前申込</small> UVLレジン 農作業	頭の体操	からだにきく		コラージュ
		WRAP ② <small>※事前申込者のみ</small>	インディアカ 「不入斗体育館」 <small>*午前中からの参加が必要です</small>		映画鑑賞 <small>※タイトルはチラシで 見てください</small>
		趣味活動(革工芸含む)	カラオケ		農作業(牛ふん作業)