

町田クリニック < リワーク・デイケア プログラムカレンダー >

午前中	月 リワーク 山本	火 認知行動療法 etc. 江尻	水 英会話 Jason / 功宮崎	木 リワーク 山本	金 各種療法 etc. 春谷 / 功宮崎	土
		1	2			
10:00-12:00		認知行動療法 <メンターワークとCBT>	NOVA 英会話			
13:00-15:30		アロマテラピー マインドフルネス	ヨガ			
	7	8	9	10	11	12
10:00-12:00	ディスカッション (復職に向けて) 今月の目標/エクササイズ	認知行動療法 <うつあるある>	NOVA 英会話	成果発表 ディスカッション エクササイズ	論理療法 <事例と行動計画>	お花であ〜と
13:00-15:30		カラーセラピー マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	
	14	15	16	17	18	19
10:00-12:00	ライフスタイル (食事) ケース・スタディ エクササイズ	認知行動療法 <エンパス*オフ>	NOVA 英会話	グループ・プレゼン SST (コミュニケーション) エクササイズ	疾病理解 <薬物依存症>	9:00~ リワーク フォローアップ
13:00-15:30		アートヒーリング マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	13:00~ アロマ/カラー マインドフルネス
	21	22	23	24	25	26
10:00-12:00	復職準備チェック インバス・スタディ エクササイズ	認知行動療法 <社交不安あるある>	NOVA 英会話	グループ・ワーク キャリア (これまでの自分) エクササイズ	アサーション <我慢しないコミュニケーション>	
13:00-15:30		カラーセラピー マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	
	28	29	30	31	<div style="background-color: #f0e6ff; padding: 10px; border-radius: 10px;"> ご利用にあたり 診察にて 事前確認が必要です (詳しくは受付まで) </div> <div style="background-color: #f0e6ff; padding: 10px; border-radius: 10px; margin-top: 10px;"> 状況により プログラム変更の 可能性もあります </div>	
10:00-12:00	今月の振り返り 人狼ゲーム エクササイズ	交流分析2 <やりとり分析>	NOVA 英会話	ギネスに挑戦 キャリア (価値観) エクササイズ		
13:00-15:30		色と食<フィットケミカル> マインドフルネス	ヨガ			

月-金 15:30-17:00 自習室がご利用できます