

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 / ヨカ宮崎	木 リワーク 山本	金 各種療法 etc. 春谷 / ヨカ宮崎	土
					1	2
10:00-12:00					森田療法 〈あるがまま〉	
13:00-15:30					ヨガ	
	4	5	6	7	8	9
10:00-12:00	自分に合った 目標作り	認知行動療法 〈白黒・過度の一般化〉	NOVA 英会話	コミュニケーション 『みんな納得の コンセンサス』	論理療法 〈事例とワークブック〉	
13:00-15:30		アロマセラピー マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	お花であ〜と 〈"パフェ"・アレンジ〉
	11	12	13	14	15	16
10:00-12:00	ライフスタイル 『心の安定につながる 運動エトセトラ』	認知行動療法 〈心のフィルター・マスキング〉	NOVA 英会話	成果発表 会社の常識/非常識	疾病理解 〈ギャンブル依存症〉	9:00〜 リワーク フォローアップ
13:00-15:30		カラーセラピー マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	13:00〜 カラーセラピー マインドフルネス
	18	19	20	21	22	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)
10:00-12:00	問題解決思考が身に付く！ インバス・スタディ	認知行動療法 〈結論の飛躍〉	NOVA 英会話	キャリア： 自己理解を深めて 適性を知ろう	アサーション 〈見方を変えるコミュニケーション〉	
13:00-15:30		アートヒーリング マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	
	25	26	27	28	29	状況により プログラム変更の 可能性もあります
10:00-12:00	今月の振り返り 人狼ゲーム	交流分析3 〈ココロの貯金箱〉	NOVA 英会話	セルフ・コントロール ギネスに挑戦	疾病理解 〈様々な依存症〉	
13:00-15:30		カラーセラピー マインドフルネス	ヨガ		ヨガ	

月-金 15:30-17:00 自習室がご利用できます