

# 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 RWFup・ドラマセラピー 江尻 / 梶(さいかち)	
10:00-12:00 13:00-15:30					<p>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)</p>	<p>状況により <b>プログラム変更の 可能性もあります</b></p>	1 9:00-15:00 自習・個別ワーク
	3	4	5	6	7	8	
10:00-12:00	行動療法 (アクションプラン)	認知行動療法 <拡大縮小視・感情理由付>	NOVA 英会話	マインドフルネス	ゲシュタルト療法 <気づきや見方の変更>	9:00~ リワーク フォローアップ	
13:00-15:30	個別ワーク (自由研究)	アロマセラピー マインドフルネス	ヨガ	スキーマ療法 (中核感情欲求)	ヨガ	13:00~ アートヒーリング マインドフルネス	
	10	11	12	13	14	15	
10:00-12:00	ライフスタイル (整理収納で心を整える)	認知行動療法 <べき思考>	NOVA 英会話	グループ・ワーク (お得なトーク)	論理療法 <ベリノの振り返り>	10:00- 初めてのドラマセラピー	
13:00-15:30	個別ワーク (自由研究)	カラーセラピー マインドフルネス	ヨガ	グループ・ワーク (お得なトーク)	ヨガ	13:00- ソーシャルスキルUPグループ	
	17	18	19	20	21	22	
10:00-12:00	コミュニケーション (ボイス・トレーニング)	認知行動療法 <自己関連付け>	NOVA 英会話	マインドフルネス (味わって食べる)	疾病理解 <不眠症>	9:00-15:00 自習・個別ワーク	
13:00-15:30	コミュニケーション (自己表現を楽しむ)	アートヒーリング マインドフルネス	ヨガ	リラクゼーション (音楽を楽しむ)	ヨガ		
		25	26	27	28	2019年は <b>1月5日(土)</b> から	
10:00-12:00		リフレーミング 2018	NOVA 英会話	グループ・ワーク (1年間の振り返り)	アサーション <自己表現の振り返り>		
13:00-15:30	Myカラー2018 マインドフルネス	ヨガ	グループ・ワーク (1年間の振り返り)	ヨガ			
月-金 15:30-17:00 自習室がご利用できます							