

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 江尻	水 自己洞察ワーク 江尻	木 リワーク 山本	金 各種療法 etc. 春谷 / ヨガ宮崎	土 語らい・RWFup・ドラマ 須永 / 江尻 / 槐(さいかち)	
	1	2	3	4	5	6	
10:00-12:00	月間ミーティング (RWプログラムの説明)	認知行動療法 < 白黒思考 >	交流分析より < ココロの貯金箱 >	グループ・ワーク (お得な！おトーク!!)	ゲシュタルト療法 < 夢のワーク > 担当:江尻	須永CPとかたらう スモールグループ	
13:00-15:30	メンタル・トレーニング	アロマセラピー マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> 13:45 < リラックス > 個別ワーク	今後に役立つ身近な話 聞くだけOK、ほか	ヨガ 14:30 個別ワーク	自習・個別ワーク	
	8	9	10	11	12	13	
10:00-12:00	ライフスタイル (ぐっすり快眠の法則)	認知行動療法 < 過度の一般化・レテル >	交流分析より < ストローク >	マインドフルネス	論理療法 < 論理的思考 >	9:00~ リワーク フォローアップ	
13:00-15:30	ライフスキル (寝る前のリラックス法)	カラーセラピー マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> 13:45 < 環境 > Office	スキーマ療法 (心の習慣を見つける)	ヨガ	13:00~ アロマ・アート・リク マインドフルネス	
	15	16	17	18	19	20	
10:00-12:00	コミュニケーション (感性を磨く)	認知行動療法 < 心のフィルター・マイナス化 >	交流分析より < 5つの上手 >	コミュニケーション (基礎)	疾病理解講座 < 中等度・重症のうつ病 >	須永CPとかたらう スモールグループ	
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	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> 13:45 < 日光浴 > 集中	グループ・ワーク (コンセンサス)	ヨガ 小グループワーク 受容の円	自習・個別ワーク	
	22	23	24	25	26	27	
10:00-12:00	復職支援プログラム (復職の全体像)	認知行動療法 < 読心術・先読みの誤り >	交流分析より < 人生脚本 >	月間ミーティング (1か月の振り返り)	アサーション < アサーション権 >	初めての ドラマセラピー 10時- 実践! 認知行動療法	
13:00-15:30	復職のモデル・ケース 事例検討・SST	カラーセラピー マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> 13:45 < スマホ > トライアル	ブレイン・ストレッチ (頭を柔軟にするゲーム)	ヨガ	ソーシャルスキルUP グループ	
		30	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid pink; padding: 5px; text-align: center;"> 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="border: 1px solid pink; padding: 5px; text-align: center;"> 状況により プログラム変更の 可能性もあります </div> </div>				
10:00-12:00		認知行動療法 < ケーススタディ >					
13:00-15:30		アロマ&アートH マインドフルネス					

月-金 16:00-17:00 自習室 (大部屋) がご利用できます