







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 / 30宮崎	土 語らい・RWFup・ドワ 須永 / 江尻 / 梶(さいかち)
						5
10:00-12:00						須永CPとかたらう スモールグループ
13:00-15:30						自習・個別ワーク
	7	8	9	10	11	12
10:00-12:00	復職における課題と プログラムの解説	許し受け取る マインドマップ2019	交流分析 私はどんなタイプ?	グループ・ワーク (お得なトーク)	論理療法 <ラショナルモザイク>	9:00~ リワーク フォローアップ
13:00-15:30	一年の計を立てる	アロマ&アフメーション マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> < 睡眠 > 13:45 個別ワーク	ライフスタイル (寒さ・冷え対策)	ヨガ	13:00~ アロマ・アートヒーリング マインドフルネス
		15	16	17	18	19
10:00-12:00		認知行動療法 < 基本をマスター >	自分のアンテナ 見る人? 聞く人? 触る人?	マインドフルネス	疾病理解講座 <うつ病>	須永CPとかたらう スモールグループ
13:00-15:30		カラーセラピー マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> < 食事 > 13:45 Office	スキーマ療法 (スキーマとモード)	ヨガ	自習・個別ワーク
	21	22	23	24	25	26
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 < うつあるある >	自分と人を理解する 9つのドラマ	コミュニケーション (基礎)	アサーション <相手とアサーション>	初めての ドラマセラピー
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"/> < 運動 > 13:45 集中	グループ・ワーク (ゲーム体験学習)	ヨガ	ソーシャルスキルUP グループ
	28	29	30	31	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="border: 1px solid black; 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 black; 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	復職初日の トラブル・シューティング	認知行動療法 < ケーススタディ >	ココロの栄養ことば コレクションワーク	グループ・ワーク (1カ月の振り返り)		
13:00-15:30	SST (初日のあいさつ)	カラーセラピー マインドフルネス	スタイル <input checked="" type="checkbox"/> < 服薬 > 13:45 トライアル	ブレイン・ストレッチ (頭を使うゲーム)		

月-金 16:00-17:00 自習室がご利用できます