

ステップアップ プログラム



このプログラムでは、社会復帰の準備を目的として、多彩なプログラムを行なっていきます。毎回、様々な専門スタッフが講師を務めていきます。

6月のスケジュール

6月5日(月) 生活を整える ① 食事

講師:公認心理師

再発予防のために規則正しい生活を送りましょう。
まずは食生活から見直してみませんか。

6月12日(月) 朗読の会

講師:公認心理師

短い物語を読みます。登場人物の気持ちや背景について、
気づいた事を話し合っていきます。

6月19日(月) 暮らしの教室・防災について

講師:デイケアスタッフ

防災に関する情報を見直し、できる事から備えましょう。

6月26日(月) 目標づくり Part2

講師:公認心理師

1年の半分以上が過ぎました。1月に立てた目標を振り返ります。
見直した目標を短冊にしたためましょう。

場所:デイケア室 時間:10:00~11:00

*ご興味のある方は、主治医までご相談ください。
新型コロナウイルス感染予防の観点から、当面の間、体験参加は
ご遠慮いただいております。