

2025年2月 小石川東京病院ダイケアプログラム

	月		火			水			木			金		土		
コース名	リワーク	生活支援	リワーク	生活支援	発達	リワーク	生活支援	発達	リワーク	生活支援	発達	リワーク	生活支援	プース1	プース2	プース4
第1週	27		28			29			30			31		1		
午前														就労者⑨	発達⑭	学生⑩
午後														全コース対象 卓球親睦会 		
第2週	3		4			5			6			7		8		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読	SST	発達⑦	復職支援⑤	Youtubeで読書会/ みんなでクラフト	ヨガ教室 	AMサーズ デイ	ゲームで学ぶ ストレスマネジメント	CBT Basic					
			読書会													
午後	卓球	選択制 ⇕ ストレッチ & 音楽鑑賞	フリーゲーム・ 雑談力	選択制 ⇕ 創作活動	ADHD ⑩	スモール プロジェクト①	個別面談	新聞講読	選択制 ⇕ 音楽療法 創作クラブと 合同	PMサーズ デイ	 音楽療法/ 個別面談(リワーク) 					
第3週	10		11			12			13			14		15		
午前	近況報告	リサーチ				コグトレ	選択制 ⇕ PC教室/ 朝スタ	ヨガ教室 	AMサーズ デイ	脳トレ /English			ADHD⑪	発達⑮	マスター⑪	
午後	卓球	選択制 ⇕ ストレッチ & 音楽鑑賞				スモール プロジェクト②	ピアサポート						PC操作 /リサーチ	選択制 ⇕ かんたん お菓子作り 	PMサーズ デイ	CBT⑥
第4週	17		18			19			20			21		22		
午前	近況報告	リサーチ	新聞講読	SST	発達⑩	復職支援⑥	Youtubeで読書会/ みんなでクラフト	ヨガ教室 	AMサーズ デイ	3分プレゼン	折り紙 講師:河崎さん 					
			レポート作成													
午後	卓球	選択制 ⇕ ストレッチ & 音楽鑑賞	みんなでクラフト			ADHD ⑪	スモール プロジェクト③	ピアサポート	読書会	選択制 ⇕ コグトレ	PMサーズ デイ	アサーション	生活支援 ⇕ ぬり絵 (創作活動)			
第5週	24		25			26			27			28		29		
午前			新聞講読	SST	発達⑩	PC教室/ 朝スタ	選択制 ⇕ WRAP	ヨガ教室 	AMサーズ デイ	新聞チャレンジ	SST仕事編					
			デスクワーク													
午後			おしごと座談会			スモール プロジェクト④	ピアサポート	リサーチ・スモールプロジェクト プレゼンテーション	PMサーズ デイ	CBT⑦	就活講座⑦	ペーパー クラフト (創作活動)	1年で一番寒い時期がやってきました。風邪等引かないよう予防に努めたいですね。2月は祝日がありスケジュール変更があったり、以前行っていたWRAPが再開しています。ご確認の上、ぜひご参加ください！			