

# 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。

## 8月のスケジュール

### 8月2日(月) 朗読の会

講師：公認心理士

短い物語を読みます。登場人物の気持ちや背景についてみんなで話し合っていきます。

### 8月16日(月) ニュースの時間

講師：デイケアスタッフ

社会のニュースから個人のニュースまで、関心がある話題を皆さんでやりとりします。興味や関心をひろげましょう。

### 8月23日(月) 食と心理 ②

講師：公認心理士

食べるマインドフルネスを体験します。食行動を見直すきっかけを見つけましょう。

### 8月30日(月) 広がる活動

講師：デイケアスタッフ

俳句に取り組みます。5・7・5のリズムに景色や心もようをきざみましょう。

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。