

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。

2月のスケジュール

2月7日(月) 拡がる活動

講師: デイケアスタッフ

俳句に取り組みます。5・7・5に思いをこめて詠みましょう。

2月14日(月) 心理教育ミーティング

講師: 公認心理師

日常生活で困る場面はありませんか。選挙に行く、ATMを使うといった場面の手続きを学びましょう。

2月21日(月) 朗読の会

講師: 公認心理師

2月に関する本を読みます。季節を味わいましょう。

2月28日(月) マインドフルネス②

講師: 公認心理師

マインドフルネスを体験します。自分の心身の調子に“気づく”ことが大切です。

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。