

2026 年

10 月

デイセラピー予定表

●参加予定のプログラムを○で囲って下さい

●診察日や産業医面談が決まっている方は、空白部分に記入してください

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2	3
AM					キャリア支援 こころの教室	千波湖WALK	フォローアップ CBGT
PM					対人スキル	SST	週替わり
ナイト					自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	
	4	5	6	7	8	9	10
AM		スタートアップ ゆるりラ	認知機能リハ（内田クレベリン）	CBGT（応用） B-リワーク③	キャリア支援 こころの教室	RW Fit/ブチスポ	ヨガセラピー CBGT
PM		コミュトレ	発達症のセルフナビ	創作アート CBGT（基礎）①	対人スキル	SST	週替わり
ナイト		自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	ボードゲーム	自己課題/個別面談	セルフワーキング共有会	
	11	12	13	14	15	16	17
AM		スポーツの日	認知機能リハ	CBGT（応用） B-リワーク④	キャリア支援 こころの教室	RW Fit/ブチスポ	フォローアップ CBGT
PM			発達症のセルフナビ	創作アート CBGT（基礎）②	対人スキル	SST	週替わり
ナイト			しおり作り	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	
	18	19	20	21	22	23	24
AM		スタートアップ ゆるりラ	認知機能リハ	CBGT（応用） B-リワーク⑤	キャリア支援 こころの教室	RW Fit/ブチスポ	座談会
PM		コミュトレ	発達症のセルフナビ	創作アート CBGT（基礎）③	対人スキル	SST	週替わり
ナイト		自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	
	25	26	27	28	29	30	31
AM		スタートアップ ゆるりラ	認知機能リハ（フルドン抹消検査）	CBGT（応用） B-リワーク①	キャリア支援 こころの教室	合同運動イベント	座談会 CBGT
PM		コミュトレ	発達症のセルフナビ	創作アート CBGT（基礎）④	対人スキル（CES-D）	SST	ハロウィンイベント
ナイト		自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	自己課題/個別面談	リカバリータイム	卒業発表	

10月のトピックス

●ナイトの各プログラム詳細は、デイセラピー4階の掲示版をご確認ください。体調に合わせてナイトプログラムの活用をしてください。

●毎週土曜日にフォローアップを実施しています。復帰後1～2ヶ月はなるべく利用して、再燃・再発防止を心がけましょう。復職間近の方も参加できます。

●心理検査の実施について

10/6（火）：認知機能リハ…内田クレベリン検査（作業特性検査）※AM～PMもしくはAM～ナイトの参加をお願いします

10/27（火）：認知機能リハ…フルドン抹消検査（作業能力検査）

10/29（木）：対人スキル…CES-D（抑うつ尺度の検査）

●金曜日の運動プログラムの内容・名称が変更となりましたので、詳細は掲示版にてご確認ください。

→1週目は合同で千波湖にてウォーキング（※雨天時は屋内で実施）、5週目は合同で体育館にてイベントを行います。詳細は、お知らせをご覧ください。

●今月の平日（出席率に使用する月～金の最大日数）：21日

秋も深まり、過ごしやすい季節となりました。朝晩は少しずつ肌寒くなってきましたので、体調管理に気をつけながら、今月も過ごしていきましょう♪