



7月プログラム日程

日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3	4	5	6
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「自分を知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「SST/認知行動療法」 ※SST：ソーシャルスキル トレーニング		13:30-15:00 ワークプログラム 「お仕事体験」	close
7	8	9	10	11	12	13
close	13:30-15:00 「ひだまりcafe」 ご家族のためのお茶会 です 13:30-15:00 ワークプログラム 「コミュニケーション」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「仕事選び シミュレーション」		13:30-15:00 ワークプログラム 13:30-15:00 ワークプログラム 「心地良い睡眠」	close
14	15	16	17	18	19	20
close	close		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「SST/認知行動療法」 ※SST：ソーシャルスキル トレーニング		13:30-15:00 ワークプログラム 「ウォーキング」	close
21	22	23	24	25	26	27
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「ストレス対処」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「リラクゼーション」		10:30-12:00 家族会 「ひだまり プログラム体験」 13:30-15:00 ワークプログラム 「食事シミュレーション」	close
28	29	30	31	1	2	3
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「自分を知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「ボードゲーム」		Coming soon...	

*参加される場合は、前日までに口頭かお電話・メールでご連絡下さい。

*当日参加の場合は、あらかじめお電話で開催の確認をお願いします。

*「食事シミュレーション」では、自分の食を振り返り、食べることへの理解を深めます。

【お問い合わせ&ご連絡先】

☎ 03-5413-6661 ✉ query@cns-net.or.jp