



## 8月プログラム日程

日	月	火	水	木	金	土
28 close	29	30	31	1 	2 13:30-15:00 ワークプログラム 「お仕事体験」	3 close
4 close	5 13:30-15:00 ワークプログラム 「心地良い睡眠」	6 	7 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	8 	9 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	10 close
11 close	12 close	13 	14 close	15 	16 close	17 close
18 close	19 13:30-15:00 ワークプログラム 「リラクゼーション」	20 	21 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	22 	23 13:30-15:00 ワークプログラム 「仕事選び シミュレーション」 手作業をしながら お話しします	24 close
25 close	26 13:30-15:00 ワークプログラム 「自分を知ろう」	27 	28 13:30-15:00 メンタルトレーニング 「ボードゲーム」	29 	30 10:30-12:00 家族会 「当事者のこれまでと これから」 13:30-15:00 ワークプログラム 「食事シミュレーショ ン」	31 close

\*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](mailto:query@cns-net.or.jp)