

あまがいメンタルクリニック 土曜日ショートケア 2021年 8月予定表

お待ちしております

- ◎ <土曜日ショートケアプログラム>は、土曜日 9時～12時に行います。
休けいをはさんで、2つプログラムがあります。
どちらか1つだけでも参加できます。
- ◎ 場所は、デイケアルームです。

初めて参加をされる場合は、お電話でお尋ねください。 TEL. 045-845-3230
(当院の患者さまや、当院デイケアご参加・ご卒業の方向けのプログラムです)。

*2回目以降は、お電話や予約は不要
*保険適用

8月7日(土)

7日は ショートケアは お休みです

8月14日(土)

14日は 当院は お休みです

8月21日(土)

開室
9:00~9:30

呼吸法
9:30~10:15
身体とところを楽にしてい呼吸法を学びます

休けい
10:15~10:30

デイケア就労・復職後 サポート
<ホームカミングデー>
10:30~12:00

8月28日(土)

開室
9:00~9:30

マインドフルネス
9:30~10:15
今、ここに集中する練習をします

休けい
10:15~10:30

パソコン教室
10:30~12:00