

デイケアプログラム

船橋はるかぜクリニック
☎047-497-8495(代)

午前 10:00~13:00 / 午後 13:00~16:00

		月	火	水	木	金	土	日
午前	デイ1	ワーク&スタディ ゲームカフェ	不登校・発達支援	不登校・発達支援	就労支援		就労支援	
	デイ2	ワーク&スタディ	リラックスヨガ	ワーク&スタディ	セルフマネジメント	休		女性のためのヨガ
午後	デイ1	ワーク&スタディ	就労支援	就労支援	就労支援	診 日	就労支援 キャリアデザイン	単発参加もOK
	デイ2		おやすみヨガ	ワーク&スタディ ゲームカフェ	セルフマネジメント		マインドフルネス	おやすみヨガ

※ 費用：370円～570円（保険適用1割の場合）

※ 全て院内で行っております

不登校 発達支援	不登校・ひきこもり状態から一歩踏み出したい方や、休学や中退して今後の進路に悩まれている方に向けたプログラム。
就労 支援	復職訓練の場として、また、働いたことのない方が就労を目指せる一歩が踏めるよう支援しています。
キャリア デザイン	キャリアコンサルタントと社労士の講座。人生の荒波を乗り越える知識やノウハウを伝授します。
マインド フルネス	Googleなどの研修でも採用されている瞑想。否定的な自己評価を手放すお手伝いをします。

リラックス ヨガ	呼吸と体に集中し、心と体のバランスを整えます。考えることに疲れてしまった方にお勧め。
女性のため のヨガ	女性のからだの特徴からくる不調を解消するために、全身の巡りを良くして心身を整えます。
おやすみ ヨガ	眠りのヨガで脳を休めてリラックス。アロマの香りに癒されながら、お気軽にお眠りください。
セルフ マネジメント	「怒りとの付き合い」など10のテーマについて、考え方のヒントが得られます。
ワーク& スタディ	家だと集中できない、家だとゴロゴロしてしまう方のために、活動の場を提供しています。