

2025年1月 導入期月間プログラム表



こころホスピタル草津デイケアセンター(直通)082-277-6301

文責:村田

	月		火		水		木		金		土													
A M	<楽しくダンス&ストレッチについて> 1/6,1/27は、いきいき健康ストレッチを行っておられる山田先生が体育館でダンスを取り入れたプログラムを行います。ぜひ一度参加してみてください。		<木曜AMストレッチについて> 身体の柔軟性を高めるためのストレッチとアロマを焚いてリラクゼーションを目的としたゆったりストレッチの2つの内容を隔週で交互に行っています。まずは見学・体験して下さい。		1  正月休み 		2 		3 <バスドライブについて> バスドライブで初詣に行きます。7(火)、9(木)、11(土)3回予定です。都合の良い日に皆で初詣に行きましょう。		4 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ(佐藤(日)先生) うずら交流会 散歩 ☆ネイルを楽しむ☆(元村先生) 趣味活動 マインドフルネス 16:00~ カラオケ													
P M													6		7		8		9		10		11	
ナイト													16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会		16:00~ エンジョイ		16:00~ 卓球		16:00~ リラクゼーション		16:00~ カードゲーム	
A M	系遊び講座(金本先生)	健康卓球(石田先生)	書道(山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	楽器に挑戦(吉野先生)	アートを楽しむ会(印南先生)	映画で学ぶ英会話(山本(朝)先生)	ストレッチ 花の会	MUSIC(森藤先生)	パソコン教室 考え方のコツ	絵本、きいて、よんで、リフレッシュ(佐藤(日)先生)	うずら交流会 散歩												
P M	楽しくダンス&ストレッチ(山田先生)	散歩 Bアクティブ(筋肉と薬)	花の空間装飾(笠置先生) バスドライブ(三輪明神)	生活のいろは 導・少の集い(ピザ作り)	陶芸<成形>(大佐古先生)	お悩みミーティング 筋トレの会	笑いヨガ(小谷先生) バスドライブ(三輪明神)	木の雑貨にペイントしよう(山吉先生)	スポーツ(バドミントン)	鳴門金時 マインドフルネス	☆ネイルを楽しむ☆(元村先生)	趣味活動 バスドライブ(三輪明神)												
ナイト	16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会		16:00~ エンジョイ		16:00~ 卓球		16:00~ リラクゼーション		16:00~ カードゲーム													
A M	13  成人の日		14		15		16		17		18													
P M			20		21		22		23		24		25											
ナイト			16:00~ スロービー		16:00~ 散歩		16:00~ 卓球		16:00~ カラオケ		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会											
A M	系遊び講座(金本先生)	健康卓球(石田先生)	書道(山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	楽器に挑戦(吉野先生)	アートを楽しむ会(印南先生)	映画で学ぶ英会話(山本(朝)先生)	ストレッチ 花の会	MUSIC(森藤先生)	パソコン教室 考え方のコツ	絵本、きいて、よんで、リフレッシュ(佐藤(日)先生)	うずら交流会 散歩												
P M	いきいき健康ストレッチ(山田先生)	散歩 全体ミーティング(14:20~)	花の空間装飾(笠置先生) スポーツ(フットサル)	生活のいろは 導・少の集い(ジ・アウトレット)	陶芸<和装>(大佐古先生)	お悩みミーティング 筋トレの会	笑いヨガ(小谷先生)	木の雑貨にペイントしよう(山吉先生)	スポーツ(バスケ・軽スポ)	鳴門金時 マインドフルネス	☆ネイルを楽しむ☆(元村先生) バスドライブ(てつこのくら館)	健康太極拳(中村先生) 趣味活動												
ナイト	16:00~ スロービー		16:00~ 散歩		16:00~ 卓球		16:00~ カラオケ		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会													
A M	系遊び講座(金本先生)	健康卓球(石田先生)	書道(山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	楽器に挑戦<発表会>(吉野先生)	アートを楽しむ会(印南先生)	数字で学ぶ頭の体操(唐津先生)	ストレッチ(リラクゼーションの会) 花の会	MUSIC(森藤先生)	当事者活動応援プログラム	<お知らせ> 風邪、インフルエンザ、コロナウイルス予防のため、引き続きマスクの着用、手指消毒、手洗いの方もよろしくお願ひします。													
P M	楽しくダンス&ストレッチ(山田先生)	散歩 Bアクティブ(筋トレに必要なこと)	花の空間装飾(笠置先生) バスドライブ(比治山漫画図書館)	生活のいろは 導・少の集い(映画鑑賞)	陶芸<品評会>(大佐古先生)	お悩みミーティング 筋トレの会	笑いヨガ(小谷先生)	木の雑貨にペイントしよう(山吉先生)	スポーツ(フットサル)	鳴門金時 マインドフルネス														
ナイト	16:00~ エンジョイ		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ カラオケ		16:00~ 交流会		16:00~ 散歩															

2025年 1月 心理教育プログラム 日程表

こころホスピタル草津デイケアセンター(直通)082-277-6301

文責 村田

	月	火	水	木	金	土
AM	「皆さまへ」 ・参加には、主治医の指示が必要な場合があります。担当スタッフまで相談ください。		年始休み 1/1(水) ~ 2025/1/3(金)			すまいるグループ⑦ 9:40~12:00
PM						UP-G(フォローアップ回) 13:00~15:00
AM	NEAR 9:30~11:15		ピーナッツ応用編③ 9:45~10:45	ピーナッツ基礎続編① 9:45~10:45	はっぴーグループ 問題解決①9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	すまいるグループ⑧ 9:40~12:00
PM	UP-G⑧ 13:00~15:00	HIKARPP (学習会③・看護師) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 薬② 13:45~15:00		HIKARPP (学習会①・心理士) 14:00~15:30	UP-G⑥ 13:00~15:00
AM	成人の日		ピーナッツ応用編④ 9:45~10:45	ピーナッツ基礎続編② 9:45~10:45	はっぴーグループ 問題解決②9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	
PM		HIKARPP (院内自助グループ) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 病気① 13:45~15:00	アサガオ① 13:15~14:30	HIKARPP (SMARPP①) 14:00~15:30	UP-G⑦ 13:00~15:00
AM	NEAR 9:30~11:15		ピーナッツ応用編⑤ 9:45~10:45	ピーナッツ基礎続編③ 9:45~10:45	はっぴーグループ 問題解決③9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	すまいるグループ① 9:40~12:00
PM	UP-G⑨ 13:00~15:00	HIKARPP (SMARPP②) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 病気② 13:45~15:00		HIKARPP (学習会④・薬剤師) 14:00~15:30	UP-G⑧ 13:00~15:00
AM	NEAR 9:30~11:15		ピーナッツ応用編⑥ 9:45~10:45	ピーナッツ基礎続編④ 9:45~10:45	はっぴーグループ 問題解決④9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	
PM	UP-G⑩ 13:00~15:00	HIKARPP (SMARPP③) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 ストレス 13:45~15:00		HIKARPP (SMARPP④) 14:00~15:30	