

2025年4月 地域移行月間プログラム表

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	<お知らせ> 日中の気温が高くなってきました。スポーツ・外出プログラム参加の際はご自分で水分補給に必要なものをご用意ください。スポーツ参加時は ジャージ・靴下・着替え・タオル を持参してください。		1	書道 (山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	2	楽器に挑戦 (吉野先生)	アートを楽しむ会 (印南先生)	3	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生)	ストレッチ 花の会	4	MUSIC (森藤先生)	当事者活動応援 プログラム 考え方のコツ (キュービーエクササイズ)	5	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	花の空間装飾 (笠置先生)	新聞 スポーツ (フットサル)	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 (新岡先生)	木の雑貨にペイント しよう(山吉先生) バズドライブ (花見:住吉堤防敷)	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					
ナ イ ト			16:00~ 交流会		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ カラオケ		16:00~ エンジョイ		16:00~ 散歩							
A M	7	系遊び講座 (金本先生)	健康卓球 (石田先生)	8	書道 (山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	9	楽器に挑戦 (吉野先生)	アートを楽しむ会 (印南先生)	10	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生)	ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会	11	MUSIC (森藤先生)	パソコン教室	12	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アクティブアフター (筋肉を意識しよう)	花の空間装飾 (笠置先生)	生活のいろは スポーツ (ソフトボール)	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)	木の雑貨にペイント しよう(山吉先生)	スポーツ (ソフトバレー)	鳴門金時 マインドフルネス	☆ネイルを楽しむ☆ (元村先生) バズドライブ (道の駅:来夢とごうち)	趣味活動					
ナ イ ト	16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ カラオケ		16:00~ 交流会		16:00~ 散歩		16:00~ スロービー		16:00~ リラクゼーション							
A M	14	系遊び講座 (金本先生)	健康卓球 (石田先生)	15	書道 (山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	16	楽器に挑戦 (吉野先生)	アートを楽しむ会 (印南先生)	17	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生)	ストレッチ 花の会	18	MUSIC (森藤先生)	当事者活動応援 プログラム 考え方のコツ (こころの元気+)	19	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 Bアクティブアフター (春ウォーキング)	花の空間装飾 (笠置先生)	生活のいろは スポーツ (バスケ・軽スポ)	陶芸 <釉薬> (大佐古先生)	お悩みミーティング 筋トレの会	笑いヨガ (新岡先生)	木の雑貨にペイント しよう(山吉先生) バズドライブ (海老山)	スポーツ (フットサル)	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 スポーツ					
ナ イ ト	16:00~ エンジョイ		16:00~ TVゲーム		16:00~ 交流会		16:00~ カラオケ		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 散歩							
A M	21	系遊び講座 (金本先生)	健康卓球 (石田先生)	22	書道 (山本(和)先生)	ざっくばらん メタ認知 トレーニング	23	楽器に挑戦 (吉野先生)	アートを楽しむ会 (印南先生)	24	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生)	ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会	25	MUSIC (森藤先生)	パソコン教室	26	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 全体ミーティング 14:20~	花の空間装飾 (笠置先生)	生活のいろは バズドライブ (錦帯橋)	陶芸 <釉薬> (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 (ソフトバレー)	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 スポーツ					
ナ イ ト	16:00~ カラオケ		16:00~ 卓球		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会		16:00~ 散歩		16:00~ カードゲーム							
A M	28	系遊び講座 (金本先生)	健康卓球 (石田先生)	29 昭和の日	30	楽器に挑戦 (吉野先生)	アートを楽しむ会 (印南先生)	<木曜AMストレッチについて> 隔週で身体の柔軟性を高めるためのストレッチと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つの内容を交互に行っています。まずは体験して下さい。		<バズドライブについて> 今月のバズドライブは 3(木)住吉堤防敷 12(土)来夢とごうち 17(木)海老山 22(火)錦帯橋 計4回予定しております。 気分転換に是非どうぞ。		市立大生と体を動かそう! 土曜日の午後、体育館で市立大生とスポーツを通して交流するプログラムを計画しています。お楽しみに(^_^)!						
	P M	いきいき健康 ストレッチ (山田先生)	散歩 Bアクティブアフター (ゆっくりヨガさん)		陶芸 <品評会> (大佐古先生)	お悩みミーティング 筋トレの会	16:00~ カラオケ											
ナ イ ト	16:00~ カードゲーム																	

2025年 4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ものがあります。担当スタッフまで相談ください。	1	2 ピーナッツ応用編⑦ 9:45~10:45	3 ピーナッツ基礎続編④ 9:45~10:45	4 はっぴーグループ 行動活性化①9:40~11:30 NEAR I 9:30~11:15	5 すまいるグループ② 9:40~12:00
PM		HIKARPP (学習会①・心理士) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 病気② 13:45~15:00		HIKARPP (学習会③・看護師) 14:00~15:30 NEAR II 13:15~15:00	UP-G (フォローアップ回) 13:00~15:00
AM	7 NEAR I 9:30~11:15	8	9 ピーナッツ応用編⑧ 9:45~10:45	10 ピーナッツ基礎続編① 9:45~10:45	11 はっぴーグループ 行動活性化②9:40~11:30 NEAR I 9:30~11:15	12 すまいるグループ③ 9:40~12:00
PM	NEAR II 13:15~15:00 UP-G⑦ 13:00~15:00	HIKARPP (SMARPP①) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 ストレス 13:45~15:00		HIKARPP (SMARPP②) 14:00~15:30 NEAR II 13:15~15:00	UP-G⑥ 13:00~15:00
AM	14 NEAR I 9:30~11:15	15	16 ピーナッツ応用編① 9:45~10:45	17 ピーナッツ基礎続編② 9:45~10:45	18 はっぴーグループ 行動活性化③9:40~11:30 NEAR I 9:30~11:15	19 すまいるグループ④ 9:40~12:00
PM	NEAR II 13:15~15:00 UP-G⑧ 13:00~15:00	HIKARPP (院内自助グループ.) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 薬① 13:45~15:00		HIKARPP (学習会④・薬剤師) 14:00~15:30 NEAR II 13:15~15:00	UP-G⑦ 13:00~15:00
AM	21 NEAR I 9:30~11:15	22	23 ピーナッツ応用編② 9:45~10:45	24 ピーナッツ基礎続編③ 9:45~10:45	25 はっぴーグループ 行動活性化④9:40~11:30 NEAR I 9:30~11:15	26 すまいるグループ⑤ 9:40~12:00
PM	NEAR II 13:15~15:00 UP-G⑨ 13:00~15:00	HIKARPP (SMARPP③) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 薬② 13:45~15:00		HIKARPP (院内自助グループ.) 14:00~15:30 NEAR II 13:15~15:00	UP-G⑧ 13:00~15:00
AM	28 NEAR I 9:30~11:15	29 昭和の日	30 ピーナッツ応用編③ 9:45~10:45			
PM	NEAR II 13:15~15:00 UP-G⑩ 13:00~15:00		ピーナッツ基礎編 病気① 13:45~15:00			