

2025年2月 導入期月間プログラム表



こころホスピタル草津デイクアセンター(直通)082-277-6301

文責:村田

	月		火		水		木		金		土			
A M	<バスドライブについて> 今月のバスドライブは 6(木)道の駅来夢とごうち 15(土)めだかの館 18(火)廿日市ゆめタウン 27(木)宮島SA下り 計4回予定しております。 気分転換に是非どうぞ。		<楽しくダンス&ストレッチについて> 2/3,2/17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。		<お知らせ> ・スポーツに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。また、ジャージ・靴下・着替え・タ オールを持参して下さい。 ・空気が乾燥してきました。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いします。		1 絵本、きいて、よん で、リフレッシュ (佐藤(日)先生) ☆ネイルを 楽しむ☆ (元村先生)		うずら交流会 散歩 趣味活動			
P M													16:00~ 卓球	
ナイト													16:00~ 卓球	
A M	3	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)	4	書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング	5	楽器に挑戦 (吉野先生) 陶芸 <成形> (大佐古先生)	6	数字で学ぶ 頭の体操 (唐津先生) 笑いヨガ (新聞先生)	7	MUSIC (森藤先生) スポーツ (ソフトバレー)	8	絵本、きいて、よん で、リフレッシュ (佐藤(日)先生) ☆ネイルを 楽しむ☆ (元村先生)		
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 (筋トレ基礎編)	花の空間装飾 (笠置先生) スポーツ (フットサル)	新聞 導・少の集い (レクトへGO)	お悩みミーティング 筋トレの会	木の雑貨にペイント しよう(河邊先生) バスドライブ (道の駅来夢とごうち)	ストレッチ 花の会	当事者活動応援 プログラム 考え方のコツ (アイメッセージ)	鳴門金時 マインドフルネス	散歩 趣味活動				
ナイト	16:00~ カラオケ		16:00~ 交流会		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 散歩		16:00~ カードゲーム		16:00~ エンジョイ			
A M	10	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)	建国記念の日		12	楽器に挑戦 (吉野先生) 陶芸 <成形> (大佐古先生)	13	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生) 笑いヨガ (小谷先生)	14	MUSIC (森藤先生) スポーツ (バスケ・軽スポ)	15	絵本、きいて、よん で、リフレッシュ (佐藤(日)先生) ☆ネイルを楽しむ☆ (元村先生)		
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 (筋トレ実践編)			交流會	お悩みミーティング 筋トレの会	ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会	パソコン教室 鳴門金時 マインドフルネス	健康太極拳 (中村先生) 趣味活動					
ナイト	16:00~ 卓球				16:00~ 交流会		16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ カラオケ		16:00~ スロービー			
A M	17	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)	18	書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング	19	楽器に挑戦 (吉野先生) 陶芸 <糊染> (大佐古先生)	20	数字で学ぶ 頭の体操 (唐津先生) 笑いヨガ (新聞先生)	21	MUSIC (森藤先生) スポーツ (フットサル)	22	絵本、きいて、よん で、リフレッシュ (佐藤(日)先生) ☆ネイルを楽しむ☆ (元村先生)		
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~	新聞 導・少の集い (アルパークへ探索)	お悩みミーティング 筋トレの会	ストレッチ 花の会	木の雑貨にペイント しよう(山吉先生)	当事者活動応援 プログラム 考え方のコツ (こころの元気+)	鳴門金時 マインドフルネス	健康太極拳 (中村先生) 趣味活動					
ナイト	16:00~ リラクゼーション		16:00~ カラオケ		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	振替休日		25	書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング	26	楽器に挑戦 (吉野先生) 陶芸 <品評会> (大佐古先生)	27	映画で学ぶ 英会話 (山本(朝)先生) 笑いヨガ (小谷先生)	28	MUSIC (森藤先生) スポーツ (バドミントン)	今年一年の無病、息災を願い 邪気を追っ払いましょう 			
P M			花の空間装飾 (笠置先生) スポーツ (ソフトボール)	生活のいろは 導・少の集い (カラオケ)	お悩みミーティング 筋トレの会	ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会	木の雑貨にペイント しよう(山吉先生) バスドライブ (宮島SA下り)	鳴門金時 マインドフルネス						
ナイト			16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ カラオケ		16:00~ 交流会		16:00~ リラクゼーション					

2025年 2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。					1 すまいるグループ② 9:40~12:00
PM						UP-G⑨ 13:00~15:00
AM	3 NEAR 9:30~11:15	4	5 ピーナッツ応用編⑦ 9:45~10:45	6 ピーナッツ基礎続編① 9:45~10:45	7 はっぴーグループ 認知再構成①9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	8 すまいるグループ③ 9:40~12:00
PM	UP-G⑪ 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 業① 13:45~15:00		HIKARPP (SMARPP⑤) 14:00~15:30	UP-G⑩ 13:00~15:00
AM	10 NEAR 9:30~11:15	建国記念日	12 ピーナッツ応用編⑧ 9:45~10:45	13 ピーナッツ基礎続編② 9:45~10:45	14 はっぴーグループ 認知再構成②9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	15 すまいるグループ④ 9:40~12:00
PM	UP-G⑫ 13:00~15:00		ピーナッツ基礎編 業② 13:45~15:00	アサガオ② 13:15~14:30	HIKARPP (SMARPP⑥) 14:00~15:30	UP-G⑪ 13:00~15:00
AM	17 NEAR 9:30~11:15	18	19 ピーナッツ応用編① 9:45~10:45	20 ピーナッツ基礎続編③ 9:45~10:45	21 はっぴーグループ 認知再構成③9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	22 すまいるグループ⑤ 9:40~12:00
PM	UP-G① 13:00~15:00	HIKARPP (SMARPP⑦) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 病氣① 13:45~15:00	アサガオ③ 13:15~14:30	HIKARPP (院内自助グループ) 14:00~15:30	UP-G⑫ 13:00~15:00
AM	天皇誕生日の 振替休日	25	26 ピーナッツ応用編② 9:45~10:45	27 ピーナッツ基礎続編④ 9:45~10:45	28 はっぴーグループ 認知再構成④9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15	
PM		HIKARPP (SMARPP⑧) 14:00~15:30	ピーナッツ基礎編 病氣② 13:45~15:00	アサガオ④ 13:15~14:30	HIKARPP (学習会⑤・栄養士) 14:00~15:30	