

2025年1月 少人数・若年層月間プログラム表

1月 ころ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	<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。		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。		1  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。1/7(火)、9(木)、11(土)の3回予定しています。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				
											正月休み		
P M	楽しくダンス&ストレッチ(山田先生) 若年層プログラム		花の空間装飾(笠置先生) バスドライブ(三輪明神)		陶芸<成形>(大佐古先生)		笑いヨガ(小谷先生) 若年層プログラム		スポーツ(バドミントン) 体験!アート&クラフト(若年層)		☆ネイルを楽しむ☆(元村先生) バスドライブ(三輪明神)		
	散歩 Bアクティブ(筋肉と薬)		生活のいろは 導・少の集い(ピザ作り)		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(山吉先生) バスドライブ(三輪明神)		鳴門金時 マインドフルネス				
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 書道(山本(和)先生) ざつぱらん メタ認知 トレーニング		15 楽器に挑戦(吉野先生) アートを楽しむ会(印南先生)		16 数字で学ぶ頭体操(唐津先生) 若年層プログラム		17 MUSIC(森藤先生) 当事者活動応援プログラム 若年層プログラム		18 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) 健康太極拳(中村先生) 趣味活動		
			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<成形>(大佐古先生) 筋トレの会		笑いヨガ(新岡先生) 若年層プログラム		スポーツ(ソフトバレー) 体験!アート&クラフト(若年層)		マインドフルネス 16:00~ ボードゲーム
16:00~ 音楽鑑賞		16:00~ 交流会		16:00~ カラオケ		16:00~ 卓球		16:00~ 交流会		16:00~ 散歩		16:00~ ボードゲーム	
A M	20 系遊び講座(金本先生) 健康卓球(石田先生)		21 書道(山本(和)先生) ざつぱらん メタ認知 トレーニング		22 楽器に挑戦(吉野先生) アートを楽しむ会(印南先生)		23 数字で学ぶ頭体操(唐津先生) 若年層プログラム		24 MUSIC(森藤先生) パソコン教室 考え方のコツ		25 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) 健康太極拳(中村先生) 趣味活動		
	いきいき健康ストレッチ(山田先生) 若年層プログラム		花の空間装飾(笠置先生) スポーツ(ソフトボール)		陶芸<糊薬>(大佐古先生) 筋トレの会		笑いヨガ(小谷先生) 若年層プログラム		スポーツ(バスケ・軽スポ) 体験!アート&クラフト(若年層)		鳴門金時 マインドフルネス ☆ネイルを楽しむ☆(元村先生) 健康太極拳(中村先生) 趣味活動		
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	27 系遊び講座(金本先生) 健康卓球(石田先生)		28 書道(山本(和)先生) ざつぱらん メタ認知 トレーニング		29 楽器に挑戦<発表会>(吉野先生) アートを楽しむ会(印南先生)		30 数字で学ぶ頭体操(唐津先生) 若年層プログラム		31 MUSIC(森藤先生) 当事者活動応援プログラム 若年層プログラム		体験!アート&クラフトについて(若年層グループ) 金曜午後! 1月から新たに開始します!外部講師の岡井さん、三島さん、中山さんが実施してくれます。まず1度参加してみてください。		
	楽しくダンス&ストレッチ(山田先生) 若年層プログラム		花の空間装飾(笠置先生) バスドライブ(比治山漫園図書館)		陶芸<品評会>(大佐古先生) 筋トレの会		笑いヨガ(小谷先生) 若年層プログラム		スポーツ(フットサル) 体験!アート&クラフト(若年層)				鳴門金時 マインドフルネス
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。		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <p style="text-align: center;">年始休み 1/1(水) ~ 2025/1/3(金)</p> </div>			<p style="text-align: center;">すまいるグループ⑦ 9:40~12:00</p>
PM						<p style="text-align: center;">UP-G(フォローアップ回) 13:00~15:00</p>
AM	<p style="text-align: center;">NEAR 9:30~11:15</p>		<p style="text-align: center;">ピーナッツ応用編③ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎続編① 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">はっぴーグループ 問題解決①9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15</p>	<p style="text-align: center;">すまいるグループ⑧ 9:40~12:00</p>
PM	<p style="text-align: center;">UP-G⑧ 13:00~15:00</p>	<p style="text-align: center;">HIKARPP (学習会③・看護師) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎編 薬② 13:45~15:00</p>		<p style="text-align: center;">HIKARPP (学習会①・心理士) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">UP-G⑥ 13:00~15:00</p>
AM	成人の日		<p style="text-align: center;">ピーナッツ応用編④ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎続編② 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">はっぴーグループ 問題解決②9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15</p>	
PM		<p style="text-align: center;">HIKARPP (院内自助グループ) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎編 病気① 13:45~15:00</p>	<p style="text-align: center;">アサガオ① 13:15~14:30</p>	<p style="text-align: center;">HIKARPP (SMARPP①) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">UP-G⑦ 13:00~15:00</p>
AM	<p style="text-align: center;">NEAR 9:30~11:15</p>		<p style="text-align: center;">ピーナッツ応用編⑤ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎続編③ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">はっぴーグループ 問題解決③9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15</p>	<p style="text-align: center;">すまいるグループ① 9:40~12:00</p>
PM	<p style="text-align: center;">UP-G⑨ 13:00~15:00</p>	<p style="text-align: center;">HIKARPP (SMARPP②) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎編 病気② 13:45~15:00</p>		<p style="text-align: center;">HIKARPP (学習会④・薬剤師) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">UP-G⑧ 13:00~15:00</p>
AM	<p style="text-align: center;">NEAR 9:30~11:15</p>		<p style="text-align: center;">ピーナッツ応用編⑥ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎続編④ 9:45~10:45</p>	<p style="text-align: center;">はっぴーグループ 問題解決④9:40~11:30 NEAR 9:30~11:15</p>	
PM	<p style="text-align: center;">UP-G⑩ 13:00~15:00</p>	<p style="text-align: center;">HIKARPP (SMARPP③) 14:00~15:30</p>	<p style="text-align: center;">ピーナッツ基礎編 ストレス 13:45~15:00</p>		<p style="text-align: center;">HIKARPP (SMARPP④) 14:00~15:30</p>	