

# 2025年4月 ほりこしメンタルスクールプログラム 改正2版

	月曜日		水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
AM		キズナノート	ホリーズメリー (みんなDE創る)	合唱部 友美子の健康教室	ハートメンテナンス (こころの健康管理)	ボッチャ/ 花ウォーク(予約締切)
PM		メタ認知	堀越先生の心理教育	美術部/自主学習 スポーツ(十六沼東)	ヨガ/お悩み相談室 PC教室(予約制)④	キズナノート/面談
	7	8	9	10	11	12
AM	たかひろ組(DIY) 花見in信夫山(Jto合同)	さくらウォーキング 桜づつみ公園	ホリーズメリー (みんなDE創る)	合唱部(室内カラオケ) クライシス・プラン	ハートメンテナンス (こころの健康管理)	ピアミーティング 花見 ~まだ見ぬ桜を探して~ 人数制限あり
PM	美術部/自主学習/面談 スポーツ(十六沼東)	認知行動療法	刑部先生の心理教育	美術部/自主学習 スポーツ(クラウン南)	みんなで作ろうほりプロ/ヨガ PC教室(予約制)⑤	
	14	15	16	17	18	19
AM	たかひろ組(DIY) ほりメン新聞	考えるカードゲーム	ホリーズメリー (みんなDE創る)	合唱部 友美子の健康教室	ハトメン(クリーン活動) 雨天悪天候時はボッチャ	クライシス・プラン
PM	美術部/IMR スポーツ(十六沼東)	SST (ソーシャルスキルトレーニング)	当事者研究/発表	美術部/自主学習 スポーツ(十六沼東)	ヨガ/お悩み相談室	考えるカードゲーム
	21	22	23	24	25	26
AM	たかひろ組(DIY) スポごみ	ボッチャ/面談	ホリーズメリー (みんなDE創る)	合唱部 クライシス・プラン	ハートメンテナンス (こころの健康管理)	当事者研究
PM	美術部/自主学習/面談 スポーツ(十六沼東)	認知行動療法	ホリーズメリー 打ち上げ	美術部/自主学習 スポーツ(十六沼東)	みんなで作ろうほりプロ/ヨガ PC教室(予約制)①	ピアミーティング ~旅のプランニング~
	28	29	30			
AM	たかひろ組(DIY) ほりメン新聞	第2回 ほりメンカップ in十六沼体育館				
PM	美術部/IMR スポーツ(十六沼東)					
※「個人面談」の実施日は、担当スタッフと相談し、事前に日程を設定して行います。面談の頻度、時間は個人差があります。		●プログラム終了後、予約票の希望日に○をつけてスタッフに渡してください。 ●電話の場合は、希望日の1日分の予約を入れられます。 電話受付時間：月～金 16時～17時30分 土 16時～16時30分 ●ショートケア(半日)は、前日あるいは当日のみ予約を入れられます。		当日の予約&当日の予約キャンセル受付時間 ①8:30～9:30 ②12:00～13:00 (スポーツがある日は11:30～12:30)		※病院直通の電話ではなく、ほりメンの携帯にご連絡ください。プログラム中は電話に出ることができません。