

2023年2月ほりこしメンタルスクールプログラム

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
29	30	31	1	2	3	4
			AM:イベントプロジェクト D1プロジェクト PM:本プロ	AM:節分行事/IMR 不眠の認知行動療法④ PM:美術部/検定チャレンジ スポーツ (クラウン南)		AM:キズナノート PM:認知行動療法
5	6	7	8	9	10	11
	AM:ルーキーズ/RSP PM:美術部/自己学習 スポーツ (南体育館 東)	AM:個人面談セルフチェック カードゲーム PM:からだ改造プログラム 個人面談セルフチェック ポツチャ	AM:イベントプロジェクト フレンドリーマッチ (令和4年度ファイナル) D1プロジェクト PM:当事者研究	AM:IMR/不眠の認知行動療法⑤ ほりメン新聞/通信 PM:美術部/検定チャレンジ スポーツ (クラウン南)		
12	13	14	15	16	17	18
	AM:ルーキーズ/RSP PM:美術部/自己学習 スポーツ (南体育館 西)	AM:大切な人へ手紙 PM:キャリアデザイン	AM:イベントプロジェクト PM:イベント年度末会議	AM:IMR/不眠の認知行動療法⑥ RSP PM:美術部/検定チャレンジ スポーツ (クラウン南)		AM:ポツチャ 個人面談セルフチェック PM:認知行動療法
19	20	21	22	23	24	25
	AM:ルーキーズ/RSP PM:美術部/自己学習 スポーツ (十六沼 東)	AM:メタ認知 PM:からだ改造プログラム 個人面談セルフチェック ポツチャ	AM:イベントプロジェクト/フラワー PM:当事者研究			AM:合唱部/ヨガ PM:当事者研究
26	27	28	1	2	3	4
	AM:ルーキーズ/RSP PM:美術部/自己学習 スポーツ (十六沼 東)	AM:ハイエースでGO PM:キャリアデザイン				
5	6	デイケアの予約方法について		ショートケアの予約方法について		
※「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～木 16時～17時30分)		●前日のみ予約を入れられます。(プログラム終了後にスタッフに伝えるか、電話で予約してください。電話対応は月～木16～17時30分になります。)		