

2023年6月 ほりこしメンタルスクールプログラム

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
			1	2	3	
			AM:きずなノート PM:美術部・個人面談/検定 チャレンジ/スポーツ(クラウン南)	AM:IMRチームA ほりメン文庫ディスカッション パソコン教室④ PM:クライシスプラン 「自分の取り扱い説明書」	AM:合唱部/カードゲームで学ぶ人生の必須スキル PM:自分の取り扱い説明書 「クライシスプラン」 (生活実行編)	
5	6	7	8	9	10	
AM:ほりメンルーキーズ/ほりメン文庫ディスカッション PM:美術部・個人面談/自主学習/ポッチャ大会直前練習 (十六沼体育館 東)	AM:不眠の認知行動療法② /GOODコミュニケーション PM:からだ改造プログラム /ゆる〜く語ろうお悩み相談室	AM:商品開発・制作 「イベントプロジェクト」 ・個人面談 PM:堀越先生の心理教育	AM:設計考えDIY/合唱部/まとめて発信 みんなで作ろう「ほりメン新聞」 PM:美術部・個人面談 /検定チャレンジ /スポーツ(松川体育館)	AM:IMRチームB 想いを語ろうさいころトーク パソコン教室 PM:クライシスプラン 「自分の取り扱い説明書」	AM:福島市ポッチャ交流大会 (出場&応援) in十六沼体育館 PM:ポッチャ慰労会	
12	13	14	15	16	17	
AM:ほりメンルーキーズ/ほりメン文庫ディスカッション PM:美術部・個人面談/自主学習/スポーツ(クラウン南)	AM:不眠の認知行動療法③ /山ウオーキング(お出かけ) PM:カードゲームで学ぶ 人生の必須スキル	AM:商品開発・制作 「イベントプロジェクト」 +フラワー PM:刑部先生の心理教育	AM:設計考えDIY/合唱部/まとめて発信 みんなで作ろう「ほりメン新聞」 PM:美術部・個人面談 検定チャレンジ スポーツ(十六沼体育館)	AM:IMRチームA ほりメン文庫ディスカッション パソコン教室 PM:キャリアデザイン	AM:合唱部 /福島散歩(お出かけ) PM:映画から考える生き方 「映画鑑賞」 /自分の取り扱い説明書 「クライシスプラン」	
19	20	21	22	23	24	
AM:ほりメンルーキーズ/ほりメン文庫ディスカッション PM:美術部・個人面談/自主学習/スポーツ(クラウン南)	AM:不眠の認知行動療法④ /ポッチャ PM:からだ改造プログラム /ゆる〜く語ろうお悩み相談室	AM:商品開発・制作 「イベントプロジェクト」 ・個人面談 PM:当事者研究	AM:設計考えDIY/合唱部/まとめて発信 みんなで作ろう「ほりメン新聞」 PM:美術部・個人面談 検定チャレンジ スポーツ(松川体育館)	AM:IMRチームB マナー講座(参加要件あり) ほりメン文庫ディスカッション PM:私のクライシスプラン 「自分の取り扱い説明書」	AM:マンガラチャート〜大谷さんもやっていた〜/からだ・こころを整えよう「ヨガ」 PM:気持ちのコントロール方法を学ぼう「認知行動療法」	
26	27	28	29	30		
AM:ほりメンルーキーズ/ほりメン文庫ディスカッション PM:美術部・個人面談/自主学習/スポーツ(クラウン南)	AM:THE禅 PM:メタ認知(シーズンⅡ)① (考え方の柔軟体操)	AM:商品開発・制作 「イベントプロジェクト」 ・個人面談 PM:メンバーフリー企画	AM:設計考えDIY/合唱部/まとめて発信 みんなで作ろう「ほりメン新聞」 PM:美術部・個人面談 検定チャレンジ スポーツ(クラウン南)	AM:お楽しみ企画&ランチ ロード(詳細ポスター参照、実費負担あり) PM:キャリアデザイン		
	デイケアの予約方法について					
<p>※「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。 ※35℃以上、熱中症警戒アラート発令時にはスポーツを中止し活動を変更する場合があります</p>			<p>●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。</p>		<p>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られません。</p>	