

# 2023年5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
保科・宗像・二瓶	保科・佐藤・二瓶・石山	保科・佐藤・宗像・二瓶	佐藤・宗像・二瓶・渡邊	保科・佐藤・宗像	保科・佐藤・宗像・二瓶・石山
1	2	3	4	5	6
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(西部 西)	AM:キズナノート PM:からだ改造プログラム ゆる〜く語ろうお悩み相談室				AM:合唱部/ポッチャ PM:春のお出かけ企画 (発表スライド作成)
8	9	10	11	12	13
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(南体育館 東)	AM:不眠の認知行動療法① ヨガ ~からだ・こころを整えよう~ PM:GOODコミュニケーション	AM:商品開発・制作 「イベントプロジェクト」 個人面談 PM:堀越院長の心理教育	AM:合唱部/設計考えDIY 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:未来予想図DEマンダラ チャート~大谷さんもやって いた~/パソコン教室① (Excel入門) PM:キャリアデザイン	AM:春のお出かけ企画 旅先投票・しおり作成 PM:気持ちのコントロール方法 を学ぼう「認知行動療法」
15	16	17	18	19	20
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(西部 西)	AM:山ウォーキング ~こころのクリーニング~ PM:メタ認知 (考え方の柔軟体操) 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」 ・個人面談 PM:刑部医師の心理教育	AM:無差別級ポッチャ大会 PM:美術部/検定チャレンジ スポーツ(松川体育館)	教室②(文章作成をしよう) ヨガ ~からだとこころを整えよう~ PM:クライシスプラン	一日企画 春のお出かけ (参加要件、人数制限あり)
22	23	24	25	26	27
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(西部 西)	AM: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:当事者研究	AM: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:IMRチームB/パソコン教室③ (表計算をしよう) ヨガ ~体と心を整えよう~ PM:キャリアデザイン	AM:ヨガ ~からだ・こころを整えよう~ PM:気持ちのコントロール方法 を学ぼう「認知行動療法」
29	30	31			
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(十六沼 東)	AM:THE禅 (常光寺) PM:メタ認知 (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:刑部先生歓迎企画 「先生とポッチャ」			
※「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。	<b>デイケアの予約方法について</b> ●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。		<b>当日の予約&amp;当日の予約キャンセル受付時間</b> 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。		