

2023年4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
					AM:キズナノート PM:福島さくら前線 (お出かけ)
3	4	5	6	7	8
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:福島さくら前線Ⅱ (お出かけ) 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:経験を宝にしよう 「当事者研究」	AM:IMRチームA/まとめて発信 みんなで作ろう「ほりメン新聞」/ほりメンマニュアル制作会議/不眠の認知行動療法⑤ 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:ふくしま花ウォーク (募集終了) ポツチャ PM:気持ちのコントロール方法を学ぼう「認知行動療法」
10	11	12	13	14	15
	AM:メタ認知 (考え方の柔軟体操) 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」 +フラワー PM:堀越先生の心理教育	AM:スポごみ 「自分の街をきれいにしよう」 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/ほりメンマニュアル制作会議/想いを語ろうさいころトーク PM:キャリアデザイン	AM:GOODコミュニケーション PM:春旅企画 (プランニング)
17	18	19	20	21	22
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:不眠の認知行動療法 (フォローアップ) 山ウォーキング(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」 ・個人面談 PM:メンバー企画「恋愛プログラム」~病気があっても大丈夫~	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:IMRチームA/想いを語ろうさいころトーク ほりメンマニュアル制作会議 PM:私のクライシスプラン 「自分の取り扱い説明書」	AM:合唱部 井戸端会議 PM:気持ちのコントロール方法を学ぼう「認知行動療法」
24	25	26	27	28	29
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 (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:当事者研究発表	AM:道具購入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:IMRチームA/想いを語ろうさいころトーク ほりメンマニュアル制作会議 PM:私のクライシスプラン 「自分の取り扱い説明書」	
	デイ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～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られません。		