

2026年10月 地域移行月間プログラム表

こころホスピタル草津デイケアセンター(直通)082-277-6301

文責:村田

	月		火		水		木		金		土	
A M	<スポーツ> まだまだ暑い日が続くので、10月上旬はスポーツセンターで実施します。 10/2西区スポーツセンター 10/16サンチェリー (集合13:15 出発13:40) スポーツの秋、楽しみましょう。		<スタンプラリー> 様々なプログラムに参加してスタンプを集めましょう！スタンプを集めながら、新たな楽しみや発見を探してみましょ。10個ごとに景品あり！気軽にチャレンジしてみてください。		<10/31ビンゴ大会> 数字が読み上げられるたびにドキドキ！ビンゴが揃う瞬間のわくわく感を一緒に楽しみませんか？スタンプラリーを集めた方は特典もあります。ぜひご参加ください！		1 映画で学ぶ英会話 (山本(朝)先生) ストレッチ 花の会 笑いヨガ (新聞先生) バスドライブ (砂谷牧場)		2 MUSIC (森藤先生) ころの幸せガチャくらぶ 考え方のコツ (こころの元気+)		3 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になるけん玉クラブ (藤井先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ リ・クリエイション！ 趣味活動	
P M												
ナ イト	16:00～		16:00～		16:00～		16:00～		16:00～		16:00～	
A M	5		6		7		8		9		10	
	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		9:45～ DAISO 買い物 書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング		楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		映画で学ぶ英会話 (山本(朝)先生) ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会		MUSIC (森藤先生) パソコン教室		絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になるけん玉クラブ (大村・木戸先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ	
P M	楽しくダンス&ストレッチ (山田先生) 散歩 Bアクティブ (栄養士の回)		花の空間装飾 (笠置先生) 新聞 マインドフルネス スポーツ (備品整理・準備)		陶芸<成形> (大佐古先生) お悩みミーティング 椅子YOGA (MEGU先生)		笑いヨガ (小谷先生) 木の雑貨にペイントしよう (山吉先生)		イン・アウト ~からだメンテ~ (MAO先生) 鳴門金時 スポーツ (卓球)		バスドライブ (5-DAYSこども文化科学館) お楽しみカラオケ 趣味活動	
ナ イト	16:00～ 卓球		16:00～ リラックスタイム		16:00～ 交流会		16:00～ カラオケ		16:00～ エンジョイ		16:00～ ゲーム	
A M	12		13		14		15		16		17	
	 スポーツの日		9:45～ DAISO 買い物 書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング		楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		映画で学ぶ英会話 (山本(朝)先生) ストレッチ 花の会		MUSIC (森藤先生) ころの幸せガチャくらぶ 考え方のコツ (自分について)		絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になるけん玉クラブ (藤井先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ リ・クリエイション！ 趣味活動	
P M			花の空間装飾 (笠置先生) 生活のいろは (皆で秋を楽しもう①) マインドフルネス スポーツ (ミニ運動会)		陶芸<成形> (大佐古先生) お悩みミーティング 椅子YOGA (MEGU先生)		笑いヨガ (新聞先生) バスドライブ (広島空港)		イン・アウト ~からだメンテ~ (MAO先生) 鳴門金時 スポーツ ※サンチェリー (ソフトバレー)			
ナ イト	16:00～ カラオケ		16:00～ カラオケ		16:00～ エンジョイ		16:00～ 紅白歌合戦		16:00～ 夜カフェ		16:00～ 散歩	
A M	19		20		21		22		23		24	
	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		9:45～ DAISO 買い物 書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング		楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		映画で学ぶ英会話 (山本(朝)先生) ストレッチ (リラクゼーションの会) 花の会		MUSIC (森藤先生) パソコン教室		絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になるけん玉クラブ (藤井先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ	
P M	いきいき健康ストレッチ (山田先生) 散歩 全体ミーティング 14:20～		花の空間装飾 (笠置先生) 新聞 マインドフルネス スポーツ (フットサル)		陶芸<釉薬> (大佐古先生) お悩みミーティング 椅子YOGA (MEGU先生)		笑いヨガ (小谷先生) 木の雑貨にペイントしよう (山吉先生)		イン・アウト ~からだメンテ~ (MAO先生) 鳴門金時 スポーツ (バドミントン)		バスドライブ (あいサポート展) お楽しみカラオケ 趣味活動	
ナ イト	16:00～ カラオケ		16:00～ スウィーツ timeショッピング		16:00～ スイーツ timeティスティング		16:00～ リラックスタイム		16:00～ カラオケ		16:00～ モルック	
A M	26		27		28		29		30		31	
	糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		9:45～ DAISO 買い物 書道 (山本(和)先生) ざっくばらん メタ認知 トレーニング		楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		映画で学ぶ英会話 (山本(朝)先生) ストレッチ 花の会		MUSIC (森藤先生) ころの幸せガチャくらぶ 考え方のコツ (ストレスについて)		絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になるけん玉クラブ (藤井先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ	
P M	楽しくダンス&ストレッチ (山田先生) 散歩 Bアクティブ (健康について)		花の空間装飾 (笠置先生) 生活のいろは (皆で秋を楽しもう②) マインドフルネス スポーツ (バスケ・軽スポ)		陶芸<品評会> (大佐古先生) お悩みミーティング 椅子YOGA (MEGU先生)		笑いヨガ (小谷先生) 木の雑貨にペイントしよう (山吉先生)		イン・アウト ~からだメンテ~ (MAO先生) 鳴門金時 スポーツ (ソフトバレー)		ビンゴ大会	
ナ イト	16:00～ 音楽鑑賞		16:00～ 散歩		16:00～ プラネタリウム		16:00～ カラオケ		16:00～ ショッピング		16:00～ ハロウィンパーティー	

2026年 10月 心理教育プログラム 日程表

こころホスピタル草津デイケアセンター(直通)082-277-6301

文責 村田

	月	火	水	木	金	土
AM	「皆さまへ」 ・参加には、主治医の指示が必要なものがあります。担当スタッフまで相談ください。	「ピーナッツ基礎編参加の方へ」 ・場所は多目的ホール③(本館3F)になります。ご注意ください。		1	2	3
PM						
					はっぴーグループ 認知再構成③ 9:40～11:30 NEAR I 9:30～11:15	すまいるグループ④ 9:40～12:00
				ピーナッツ基礎続編④ 日常生活の問題解決 14:00～15:00	HIKARPP (SMARPP①) 14:00～15:30 NEAR II 13:15～15:00	UP-G(フォローアップ回) 13:00～15:00
AM	5 NEAR I 9:30～11:15	6	7	8	9	10
PM	NEAR II 13:15～15:00 UP-G⑩ 13:00～15:00	HIKARPP (院内自助グループ) 14:00～15:30	ピーナッツ応用編① オリエンテーション 9:45～10:45	ピーナッツ基礎続編① 再発予防 14:00～15:00	はっぴーグループ 認知再構成④ 9:40～11:30 NEAR I 9:30～11:15	すまいるグループ⑤ 9:40～12:00
			ピーナッツ基礎編 病気について① 13:45～15:00	HIKARPP (SMARPP②) 14:00～15:30 NEAR II 13:15～15:00	UP-G② 13:00～15:00	
AM	12 スポーツの日	13	14	15	16	17
PM		HIKARPP (SMARPP③) 14:00～15:30	ピーナッツ応用編② 問題解決技法① 9:45～10:45	ピーナッツ基礎続編② ～薬について考えよう～ 14:00～15:00	はっぴーグループ アサーション① 9:40～11:30 NEAR I 9:30～11:15	すまいるグループ⑥ 9:40～12:00
			ピーナッツ基礎編 病気について② 13:45～15:00	HIKARPP (学習会①・心理士) 14:00～15:30 NEAR II 13:15～15:00	UP-G③ 13:00～15:00	
AM	19 NEAR I 9:30～11:15	20 Bアクティブ	21	22	23	24
PM	NEAR II 13:15～15:00 UP-G⑪ 13:00～15:00	HIKARPP (SMARPP④) 14:00～15:30	ピーナッツ応用編③ 問題解決技法② 9:45～10:45	ピーナッツ基礎続編③ ストレスとストレスサイン 14:00～15:00	はっぴーグループ アサーション② 9:40～11:30 NEAR I 9:30～11:15	すまいるグループ⑦ 9:40～12:00
			ピーナッツ基礎編 ストレスについて 13:45～15:00	HIKARPP (院内自助グループ) 14:00～15:30 NEAR II 13:15～15:00	UP-G④ 13:00～15:00	
AM	26 NEAR I 9:30～11:15	27	28	29	30	31
PM	NEAR II 13:15～15:00 UP-G⑫ 13:00～15:00	HIKARPP (SMARPP⑤) 14:00～15:30	ピーナッツ応用編④ ストレス対処① 9:45～10:45	ピーナッツ基礎続編④ 日常生活の問題解決 14:00～15:00	はっぴーグループ アサーション③ 9:40～11:30 NEAR I 9:30～11:15	すまいるグループ⑧ 9:40～12:00
			ピーナッツ基礎編 薬① 13:45～15:00	HIKARPP (お楽しみ交流会) 14:00～15:30 NEAR II 13:15～15:00	UP-G⑤ 13:00～15:00	