

2026年10月 導入期月間プログラム表



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う。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) パスドライブ (砂谷牧場)		2 MUSIC (森藤先生) こ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) 元気になれるけん玉クラブ (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～ エンジョイ		16:00～ カラオケ		16:00～ 夜カフェ	
A M	5 糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		6 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		7 楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		8 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 笑いヨガ (小谷先生)		9 MUSIC (森藤先生) パソコン教室 鳴門金時 スポーツ ※ 西スポ (バドミントン)		10 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になれるけん玉クラブ (大村・木戸先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ パスドライブ (5-DAYSこども文化科学館) 趣味活動	
P M												
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  スポーツの日		13 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		14 楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		15 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) パスドライブ (広島空港)		16 MUSIC (森藤先生) こころの幸せガチャくらぶ 考え方のコツ (自分について)		17 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になれるけん玉クラブ (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～ 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 糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		20 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		21 楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		22 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 笑いヨガ (小谷先生)		23 MUSIC (森藤先生) パソコン教室 鳴門金時 スポーツ (バドミントン)		24 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になれるけん玉クラブ (大村・木戸先生) うずら交流会 お楽しみカラオケ パスドライブ (あいサポート展) 趣味活動	
P M												
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テイスティング		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 糸遊び講座 (金本先生) 健康卓球 (石田先生)		27 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		28 楽器に挑戦 (吉野先生) アートを楽しむ会 (印南先生)		29 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 (小谷先生)		30 MUSIC (森藤先生) こ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)		31 絵本、きいて、よんで、リフレッシュ (佐藤先生) 元気になれるけん玉クラブ (藤井先生) うずら交流会 ビンゴ大会	
P M												
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						
			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
		HIKARPP (SMARPP③) 14:00～15:30	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 ストレッサーとストレスサイン 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	