

2026年1月 デイケアプログラム



日曜日

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

デイケア開所時間：10:00～16:00
(開院時間により変更になることがあります)
プログラムに初めて参加希望の方はご相談ください

1	2	3				
<p>※「ARP」=アルコールリハビリテーションプログラム ※「あなぐま」=コミュニケーション（男性） ※「ごちやまぜ」=薬物・ギャンブル・アルコール 依存症グループ ※「わたがし」=コミュニケーション（女性・男性） ※「ちよこまか」=ADHD疾病教育 プログラムの内容によっては時間が延長される場合があります</p>  	休診日	休診日				
4	5	6				
休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちよこまか 12:30-13:30 マインドフルネス</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 自尊感情を育てよう 11:30-12:30 あなぐま 13:00-14:00 ごちやまぜ</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 程よい距離の作り方 13:00-14:00 ARP</p>	休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと 13:00-14:00 書初め</p>	自主活動
11	12	13				
休診日	休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 自尊感情を育てよう 11:30-12:30 あなぐま 13:00-14:00 ごちやまぜ</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 程よい距離の作り方 13:00-14:00 ARP</p>	休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと 13:00-14:00 認知行動療法</p>	自主活動
18	19	20				
休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちよこまか 12:30-13:30 マインドフルネス</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 自尊感情を育てよう 11:30-12:30 あなぐま 13:00-14:00 ごちやまぜ</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 程よい距離の作り方 13:00-14:00 ARP</p>	休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと 13:00-14:00 認知行動療法</p>	12:30-13:30 マインドフルネス
25	26	27				
休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちよこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 18:00-19:00 わたがし</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 自尊感情を育てよう 11:30-12:30 あなぐま 13:00-14:00 ごちやまぜ</p>	<p>10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 アサーション</p>	休診日	<p>10:30-11:00 朝の体操 13:00-14:00 認知行動療法</p>	自主活動
29	30	31				