

2026 年 1 月 デイケアプログラム

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



日曜日

月曜日


火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

				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） ※「ごちゃまぜ」= 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） ※「ちょこまか」= 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	休診日
4	5	6	7	8	9	10
休診日	10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 ごちゃまぜ 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 14:30-15:30 リフレッシュタイム	休診日	10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと こころレッスン 13:00-14:00 書初め  14:30-15:30 リフレッシュタイム	自主活動
11	12	13	14	15	16	17
休診日	休診日	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 ごちゃまぜ 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 14:30-15:30 リフレッシュタイム	休診日	10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと こころレッスン 13:00-14:00 認知行動療法 14:30-15:30 リフレッシュタイム	自主活動
18	19	20	21	22	23	24
休診日	10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 ごちゃまぜ 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 14:30-15:30 リフレッシュタイム	休診日	10:30-11:00 朝の体操 10:30-11:30 ゆるっと こころレッスン 13:00-14:00 認知行動療法 14:30-15:30 リフレッシュタイム	12:30-13:30 マインドフルネス
25	26	27	28	29	30	31
休診日	10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 18:00-19:00 わたがし 14:30-15:30 リフレッシュタイム	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 ごちゃまぜ 14:30-15:30 リフレッシュタイム	10:30-11:00 朝の体操 11:00-12:00 アサーション  13:00-14:00 ARP 14:30-15:30 リフレッシュタイム	休診日	10:30-11:00 朝の体操 13:00-14:00 認知行動療法 14:30-15:30 リフレッシュタイム	自主活動