

2026年 3月 プログラム表

011-688-5753(09:00-17:00)

| | 月 30 | 火 31 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-----|---------|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------|----|
| AM | | 村本認定講師による SST |  | <div style="border: 2px dashed green; padding: 5px;"> <p>3/18 札幌連体育会@北ガスアリーナ 年に1度のとても大きな大会です。名だたる病院からの卓球選手たちが集まり、熱い戦いを繰り広げます。そんな選手を支える声援を、一緒に現地で送りませんか？あなたの声が選手の手カウになります。</p> </div> | | | |
| PM① | | 気持ちを客観視しよう プレイバック シアター | | | | | |
| PM② | | 認知行動療法① 「認知行動療法って...」 | | | | | |
| | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| AM | | SST | イスを使った ヨガ | <div style="border: 2px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 体育館スポーツの日は、15:00でデイケア室は閉まります。 </div> | 院内スポーツ モルック | 語りつくそう 押し活 ミーティング | |
| PM① | | メタ認知⑥ 「共感することⅡ」 | 歌って小奏で♪ ミュージック タイム♪ | | 体育館 スポーツ 産業振興センター | 院内スポーツ 卓球 | |
| PM② | | 自主活動 | テーマトーク/ 自主活動 | | | テーマトーク/ 自主活動 | |
| | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| AM | | 怒りを知ろう アンガー コントロール⑥ | マインドフルネス ヨガ | | 院内スポーツ 卓球 | 年に1度の ドラマセラピー | |
| PM① | | 気持ちを客観視しよう プレイバック シアター | 歌って小奏で♪ ミュージック タイム♪ | 岡本病院との 卓球交流会 | | スポーツ活動のための ミーティング ラブスポ | |
| PM② | | 自主活動 | テーマトーク/ 自主活動 | | | 院内スポーツ モルック | |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| AM | | 向谷地先生は 来院して参加予定です 当事者研究 | ヨガニドラ | <div style="border: 2px solid red; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> 札幌連 体育大会 3・18 </div> | 食事会 「ANA Holiday Inn オールディダイ ニング ヴェルデ」 | 院内スポーツ 卓球 | |
| PM① | | SST | 歌って小奏で♪ ミュージック タイム♪ | | | コミュニティ (カードゲーム) | |
| PM② | | 院内スポーツ 卓球 | 自主活動 | | カラオケ 「まねきねこ 南3条店」 | テーマトーク/ 自主活動 | |
| | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| AM | | 怒りを知ろう アンガー コントロール⑦ | マットを使っ たヨガ | | ランチバイキング 「JALシティ 札幌中島公園 café Contorail」 | コミュニティ (太鼓の達人) | |
| PM① | | 気持ちを客観視しよう プレイバック シアター | 歌って小奏で♪ ミュージック タイム♪ | | | 院内スポーツ モルック | |
| PM② | | 自主活動 | テーマトーク/ 自主活動 | | ボディメイク 健康講座 | ツキイチごほうび アロマヨガ | |



- デイケア携帯番号:090-9831-8391
- デイケアプログラムの不明点は、スタッフにお問い合わせください。
- 感染予防のため、デイケア室は靴下着用をお願いいたします。
- デイケア新規利用の方、最終利用日から6カ月経過している方は、主治医の指示とデイケア利用のための面談が必要になります。
- 主治医が他院の方は、当院デイケア担当医との面談も必要となります。