

精神科ショートケア 房っこ

令和 7 年 11 月 プログラム予定表【全体】

*開所時間… 午前ショートケアは、9:30 開所、10:00 プログラム開始～12:00 終了、12:30 閉所
午後ショートケアは、13:30 開所、14:00 プログラム開始～16:00 終了、16:30 閉所

	月	火	水	木	金	土
午前	〈お知らせ〉 ○アルコール依存症ミーティング 11 月のテーマ「断酒を続けるために使えるもの、飲酒の代わりになるもの」 ○ <u>11 月の休診日</u> ：11/3（月）、11/21（金）、11/22（土）、11/24（月） ※11/21（金）と 11/22（土）は院長の学会参加のため休診となります。ご了承ください。 ○ <u>11 月の「ゲームネット依存症ミーティング（児童）」はお休みです。次回は 12/19（金）の予定です。</u>					1
午後						アルコール依存症 リワークミーティング 第 7 回 働く上での病気や症状の 影響・問題や心配 休診
	3 文化の日	4	5	6	7	8
午前	休診	アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	ギャンブル依存症 フォローアップ ミーティング		アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	依存症 家族会
午後		SMARPP24 再発をふせぐためには	GA メッセージ		SMARPP24 アルコールをやめるための 三本柱	CRAFT
		ストレスマネジメント教室 第 5 回 ストレスの捉え方について	創作プログラム クラフト・アート		ゲーム・ネット依存症 ミーティング(成人) F-NIP(エフニップ)	休診
	10	11	12	13	14	15
午前	運動プログラム	アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	ギャンブル依存症 ミーティング (水曜 AM グループ)		アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	アルコール ハームリダクション ミーティング
午後	ストレッチ体操 ウォーキング	ARASHI(アラシー) 困難な場面の乗り切り方	標準的治療プログラム 第 6 回「まとめ」		テーマミーティング 自分の体験や考えを話そう	第 2 回 お酒による影響を知ろう
	アルコール依存症 ミーティング(ベジック) 第 4 回 これからの生活スケジュール をたてよう	ストレスマネジメント教室 第 6 回 ストレスと対人関係について①	創作プログラム クラフト・アート		ギャンブル依存症 ミーティング (金曜 PM グループ) 標準的治療プログラム 第 3 回「引き金対処と渴望」	休診
	17	18	19	20	21	22
午前	運動プログラム	アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	依存症女性 ミーティング(Walea) 第 7 回 強い感情と付き合う方法を 探してみましょう		休診	休診
午後	ストレッチ体操 ウォーキング	SMARPP24 セルフケア	創作プログラム クラフト・アート			
	アルコール依存症 ミーティング(ベジック) 第 1 回 依存症ってどんな病気？	ストレスマネジメント教室 第 7 回 ストレスと対人関係について②				
	24 振替休日	25	26	27	28	29
午前	休診	アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	ギャンブル依存症 ミーティング (水曜 AM グループ)		アルコール依存症 ミーティング(ステップアップ)	クスリの問題でお困りの 方のためのプログラム
午後		みんなで身体を動かそう 第 2 回モルック大会(室内)	標準的治療プログラム 第 1 回「あなたにとっての ギャンブルとは」		回復者からのメッセージ	NA メッセージ
		ストレスマネジメント教室 第 8 回 ストレス対処法を試してみよう	創作プログラム クラフト・アート		ギャンブル依存症 ミーティング (金曜 PM グループ) 標準的治療プログラム 第 4 回「生活再建・代替行動」	休診

プログラムの詳細につきましては、お気軽にお近くの職員へお声かけ下さい。またショートケア利用希望の方は、診察の際に主治医へご相談下さい。