

集団療法プログラム 2023年12月1日（金）～  
場所：2階スペース

時間 AM 10:30～11:30  
PM 15:00～16:00

	月	火	水	木	金
					1
AM		プログラム表は、ホスパット内の「ごあんない」 →「集団療法のご案内」でも確認出来ます			
PM					
	4	5	6	7	8
AM		アートセラピー			集団認知行動療法① ～認知行動療法と自己観察～
PM					
	11	12	13	14	15
AM		アートセラピー			集団認知行動療法② ～自分にやさしい考え方～
PM	ミュージックセラピー				
	18	19	20	21	22
AM		アートセラピー			アートセラピー
PM	ミュージックセラピー	アートセラピー			アートセラピー
	25	26	27	28	29
AM				集団認知行動療法③ ～できることはどんなこと～	
PM					

## ！お知らせ！

工事により、実施場所の変更や、中止になることが考えられます。予定が分かり次第、早めにステーション前やHOSPADにてお知らせいたします。  
大変ご迷惑をおかけいたします。

### ～注意事項～

- ・BMI15以下の方の安全を守る場合、症状に強い影響が考えられる場合など、医師の指示によりプログラムの参加を控えていただく場合があります。参加希望の方は、まず主治医にご相談ください。
- ・プログラムは都合によって変更したり、参加者が少ない場合中止になることがあります。当日も参加申込書の内容をご確認ください。
- ・座る時間が長いので、必要な方は座面に敷く円座やタオルをご用意ください。

### ◎芸術療法

- ◆アートセラピー アートセラピストが、楽しんで出来るアートを紹介します。 定員6名  
(午前/午後とも内容が同じ場合は、どちらかの参加をお願いします)

### ◎レクリエーション・健康

- ◆ミュージックセラピー 音楽療法士の先生が、歌唱やハンドベルと一緒に楽しめる音楽を紹介します。 定員8名

### ◎心理療法 ※持参物：筆記用具

- ☆集団認知行動療法（①～③） 心理士が、日常のちょっとしたストレスに対処する方法をご紹介します。 定員12名