

## 依存症病棟週間プログラム (2021・4～)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
6:00	起床(洗面・更衣・身辺整理) ラジオ体操						
7:00	朝食・服薬						
8:00	朝の一言(抗酒剤服用)						
9:00	自己学習	外来ミーティング 9:00～10:00	自己学習	自己学習	自己学習	自己学習	ながつき会(第3) 10:00～12:00 石楠花会メッセージ (第3)10:00～12:00
10:00	内省 9:30～11:00	抄読会 10:15～11:15	心理ミーティング 10:00～11:00	脳トレ 9:30～10:30	KOMARPP (第1・3) 9:30～11:00 K-GAP (第2・4) 9:30～10:30	ビデオ学習(第3以外) 栄養指導(第3) 9:30～10:30	
11:00				自己学習	自己学習	自己学習	
12:00	昼食・服薬						
13:00	スポーツ(第2以外) 名古屋マックメッセージ(第2) Web:Zoom 13:30～14:30	アートの時間 13:30～14:30	アルコマ回復のステップ (りんご) 13:30～14:30	オンライン出前例会(第2・4) 13:30～15:00 社会資源・あれこれ(第1) 服薬指導(第3) 14:00～15:00	自己学習	自己学習	AAメッセージ(第2) 13:30～15:00
14:00		自由時間	アルコマ回復のステップ (らいちょう) 14:45～15:15	病棟ミーティング 15:30～16:15	はなみずき 14:00～14:30	女性ミーティング (第2以外) 14:00～15:00 エーデルワイス (第2) 14:00～16:00	
15:00	学習会 15:00～16:00		自由時間	自由時間	ヨガ 15:00～16:00	自由時間	
16:00	デイケア説明(第1) 16:00～16:15		自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	
17:00	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	自由時間	
18:00	夕食・服薬						
19:00	松川町酒害者回復者 クラブ(宿り木)	駒見会	竜頭断酒会	伊那断酒会	AA駒ヶ根	箕輪断酒会	自由時間
20:00							
21:00	消灯・就床						