

《9月プログラム》

令和4年8月29日～令和4年9月30日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	8月29日	30日	31日	9月1日	2日
午前	心理教育 やさしいヨーガ	テニボン&バドミントン	合唱 VCAT①	畑① VCAT②	小グループ活動 AB：歌詞朗読クイズ CD：カラオケ
午後	ソフトボール 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ(ソフトボール) 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ 実行委員会
ナイト	ジンギスカン丼				ピビンバ、ミニ冷麺

	5日	6日	7日	8日	9日
午前	心理教育 やさしいヨーガ	カジュアルソフトバレー	ウェルネス VCAT③	ミニバレー VCAT①	小グループ活動 AB：スポーツ CD：DIY
午後	ソフトボール 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ(ソフトボール) 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ 実行委員会
ナイト	ピーツコロッケ				野菜炒め定食

	12日	13日	14日	15日	16日
午前	心理教育 やさしいヨーガ	お菓子作り「団子」	じゃがいもパーティー VCAT②	室内ゲーム VCAT③	小グループ活動 AB：コミュニケーションゲーム、討論バトル CD：パーミヤン(10:30発)
午後	ソフトボール 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ(ソフトボール) 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ 実行委員会
ナイト	麻婆豆腐				肉じゃが

	19日	20日	21日	22日	23日
午前	敬老の日	畑②	ソフトボール交流会 AKP VCAT①	センター祭準備 VCAT②	センター祭
午後		麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	ソフトボール交流会 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	
ナイト					ナイトケア

	26日	27日	28日	29日	30日
午前	センター祭打ち上げ、片づけ やさしいヨーガ	Youtube茶話会	DVD鑑賞「呪術廻戦0」 VCAT③	合同ミーティング	小グループミーティング AB： CD：
午後	スポーツ系TVゲーム 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ 実行委員会
ナイト	親子丼				ハヤシライス

★コロナウイルス対策：マスク着用、プログラムの前後に手洗い、手指消毒についてご協力をお願いします
★1階トイレ前にお知らせ用コルクボードを準備しました。都度内容が変わりますので確認してください

○ウェルネス：個人それぞれの目標を定めて、進捗を共有するプログラム。毎月実施しています。オススメです

○ナイトケア：夕食作り、フットサル、ゆったり過ごすなど。夕方以降の活動です

○畑グループ：手入れ等、随時行います。興味ある方は是非一緒にやりましょう

●心理教育「アンガーマネジメント」：自分の怒りに気づき、その対処を学ぶためのプログラムです。全6回。登録制のため、希望者は個人担当スタッフに声をかけて下さい

○AKP(集まって決める・プログラム)：その日に話し合いをして内容を定めるプログラム ○スポーツクラブ：8/31、9/7、14はソフトボールを行う予定です。雨天時は当日何をするか決めます