

《8月プログラム》

令和6年7月29日～令和6年8月30日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	7月29日	30日	31日	8月1日	2日
午前	youtube茶話会 やさしいヨーガ	WRAP DVD「クリスマスキャロル」	小Gr（誕生日分け） 炎節（春夏）：映画「最強の二人」 秋冬：サイコロトーク	実委 卓上ゲームクラブ	小グループ活動 AB：話し合いwithかき氷 CD：脳トレ（飲み物付）
午後	DVD「探偵はbarにいる2」 絵画&創作クラブ	カラオケクラブ 陶芸	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール 麻雀クラブ ヲタサロ
ナイト	麻婆豆腐				ピビンバ

	5日	6日	7日	8日	9日	10日
午前	麻雀・卓上ゲーム やさしいヨーガ	WRAP最終回 Youtube茶話会	小Gr 炎節：外食「スシロー」 秋冬：雑談めいた卓上ゲーム	実委 卓上ゲームクラブ	小グループ活動 AB：カラオケ CD：かき氷付DVD「グレイテストショーマン」	特別DC 「選べる つけ麺と 手作り アイス」
午後	ソフトボール 絵画&創作クラブ	カラオケクラブ 陶芸	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール 麻雀クラブ ヲタサロ	
ナイト	スパイスで作るチキンカレー					コシヤリ

	12日	13日	14日	15日	16日
午前	振替休日	畑 実委	小Gr 炎節：「アイス+クレープ」作りと怪談話 秋冬：DVD「ゲゲゲの謎」	実委 卓上ゲームクラブ	小グループ活動 AB：DVD「ミスト」 CD：お菓子持寄りフリートーク
午後		カラオケクラブ 陶芸	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール 麻雀クラブ ヲタサロ
ナイト					親子丼

	19日	20日	21日	22日	23日
午前	お菓子作り 「製氷皿で作るフルーツゼリー」 やさしいヨーガ	全体料理「欧風カレー」 実委	小Gr 炎節：モルック、ポッチャ 秋冬：料理「冷麺」 家族会	実委 卓上ゲームクラブ	小グループ活動 AB：ゆるスポ CD：料理「お好み焼き」+飲料
午後	ソフトボール 絵画&創作クラブ	カラオケクラブ 陶芸	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ IFリーグ	ストレッチポール 麻雀クラブ ヲタサロ
ナイト	冷やし中華				牛丼

	26日	27日	28日	29日	30日
午前	畑 やさしいヨーガ	心理教育①「双極性障害」 実委	小Gr 炎節：外出「Bivi 新札幌」 秋冬：外出「コメダコーヒー」	合同ミーティング	小グループ活動 AB：料理「冷製担々麺」 CD：YouTube茶話会
午後	カラオケ 絵画&創作クラブ	カラオケクラブ 陶芸	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール 麻雀クラブ ヲタサロ
ナイト	ねばねば丼				魚定食

	9月6日	9月13日	9月20日	9月27日
AB	JR白石駅周辺散策	センター祭準備のため	小グループ交流	小グループミーティング
CD	外食「バーミヤン」	小グループはお休み	「センター祭 後昼祭」	

○センター公式LINEアカウントを作成しました。プログラムお知らせの配信があります。ナイトケアの出欠にも利用して下さい。
○毎週金曜日ナイトケアを中心にフットサルの活動があります。興味関心ある方はぜひ。
※今回の水曜小グループの分かれ方は7月～9月を予定しています

【予告】

- センター祭 9/14(土)
- 心理教育(双極性障害) 全2回

