

《12月プログラム》					令和7年12月1日～令和7年12月27日
	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	12月1日	2日	3日	4日	5日
午前	やさしいヨーガ クリスマス飾りつけ	自分クイズ	小グループ 赤：テレビゲーム Noir：スシロー	集まれ！畑クラブ 自分の気持ちを伝える7	テニボン 楽しい英語クラブ
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	ここプロP オリジナルボードゲーム	DVD・Youtube茶話会	茶道	ストレッチポール
		陶芸	スポーツクラブ	やさしいヨーガ	カラオケクラブ
	親子丼				カレーライス
ナイト					

	8日	9日	10日	11日	12日
午前	やさしいヨーガ ネイルをしましょう	DVD 「スターウォーズep2」 相手の気持ちを聞く・実践編	小グループ 赤：トーク（これ皆どうしてるの？） Noir：マイナースポーツ（モルツク等）	集まれ！畑クラブ 自分の気持ちを伝える8	室内ゲーム
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	カラオケ 陶芸	花壇看板リペア スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール カラオケクラブ
	豆乳鍋				サバの味噌煮
ナイト					

	15日	16日	17日	18日	19日	20日
午前	やさしいヨーガ ジグソーパズル	全体料理 「メンチカツ定食」	小グループ 赤：誕生日会「ショートケーキ+鍋」 Noir：リアル脱出ゲーム（謎解き）	集まれ！畑クラブ ゲートボール	あみもの 楽しい英語クラブ	フットサル大会
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	ジグソーパズル 陶芸	大掃除 スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ IFリーグ	ストレッチポール カラオケクラブ	
	ボロネーゼ			ぱる	世界の料理「パッタイ」	
ナイト						

	22日	23日	24日	25日	26日	27日
午前	やさしいヨーガ 塩パン作り	所長プログラム	小グループ 赤：振り返り忘年会（お菓子・ジュース付） Noir：クリスマスパーティ（きのこバスタ）&振りかえり	合同ミーティング	お菓子付き1年を振り返る会 （話し合い）	特別デイケア 年納会
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	クリスマスパーティ 陶芸	DVD 「ナイトメア・ビフォア・クリスマス」 スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール カラオケクラブ	
	焼き鳥丼				生姜焼き	
ナイト						

○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ご参加ください

【特記事項】

●10月から小グループ新クールになっています。くじ引きにてグループ分けを行います。

●治療系プログラム（アサーション） 木曜：自分の気持ちを上手に話す

登録制としますが途中からの参加も可能。継続しての参加をお願いします。

●所長プログラム 12/23（火）内容は当事者研究をしたり、テーマを決めて話し合ったり当日集まって決めています。

●特別デイケア「年納会」12/27（土）

【事務からのお願い】

保険証を変更される場合、事前に窓口までお伝えください