

《10月プログラム》

平成30年10月1日～
平成30年11月2日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
午前	10月1日 スポーツ 屋内ゲートボール やさしいヨーガ	2日 スポーツ Tボール+体力測定 前半に体力測定を行います 脳トレ	3日 水曜日プログラム カラオケ&麻雀 合唱	4日 全体活動 くす玉作り センター祭、30周年記念のくす玉を皆で作しましょう！ 脳トレ	5日 小グループ活動 AB: 料理「チンジャオロース」 CD: スシロー
午後	全体活動 室内ゲーム センター祭実委	クラブ活動 陶芸 工芸 英会話	水曜日プログラム スポーツ 卓上ゲーム	クラブ活動 絵画 歴史 茶道	ストレッチポール フリータイム(自主的活動) センター祭実委

午前	8日 体育の日	9日 スポーツ Wiiスポーツ テレビゲームだけど、体を動かさず！ 脳トレ	10日 水曜日プログラム カラオケ&麻雀 合唱	11日 全体活動 センター祭準備 物品移動	12日 センター祭準備 展示・会場設営・飾り作り	第30回 センター祭
午後		クラブ活動 陶芸 工芸 英会話	水曜日プログラム スポーツ 卓上ゲーム	クラブ活動 絵画 歴史 茶道	センター祭準備 飾り付け・リハーサル	

午前	15日 全体活動 センター祭打ち上げ 片づけの後は、センター祭の様子を写真等で振り返りながら、まったりしよう	16日 全体活動 Youtube茶話会 脳トレ	17日 水曜プログラム カラオケ&麻雀 合唱	18日 スポーツ ミニバレー 脳トレ	19日 グループ活動 AB: ボードゲーム CD: 料理「ビビンバ」
午後	スポーツ ウォーキング 大谷地神社か川下公園へ。 当日決めます。 やさしいヨーガ	クラブ活動 陶芸 工芸 英会話	水曜プログラム スポーツ 卓上ゲーム	クラブ活動 絵画 歴史 茶道 IFリーグ	ストレッチポール フリータイム(自主的活動) センター祭実委

午前	22日 スポーツ ソフトバレーボール やさしいヨーガ	23日 スポーツ バドミントン 脳トレ	24日 水曜日プログラム カラオケ&麻雀 合唱	25日 全体活動 畑 今シーズンも終わりです。来シーズンに向けての準備。 脳トレ	26日 小グループ座談会 AB: 手芸室 CD: 集会室
午後	全体活動 話し合い(お菓子持ち寄り) テーマは当日決めます。お菓子を持ってこれる人は持ってきて皆でシェアしましょう。 特別プログラム	クラブ活動(座談会) 陶芸 工芸 英会話	水曜日プログラム スポーツ 卓上ゲーム	クラブ活動(座談会) 絵画 歴史 茶道	ストレッチポール フリータイム(自主的活動)
					ナイトケア

午前	29日 スポーツ インディアカ 羽の付いた球を突き合います やさしいヨーガ	30日 全体活動 TVゲーム大会 何のゲームをするか、どんな風にするか当日決めましょう 脳トレ	31日 水曜日プログラム(座談会) カラオケ&麻雀 合唱	11月1日 全体活動 合同ミーティング	2日 小グループミーティング AB: CD:
午後	全体活動 音楽交流会 楽器の弾ける人、聴きたい人集まって！ 特別プログラム	スポーツ ダンスレッスン(USA) 流行の「USA」を覚えて踊りましょう 特別プログラム	水曜日プログラム(座談会) スポーツ 卓上ゲーム	スポーツ 特別プログラム	ストレッチポール フリータイム(自主的活動)

【お知らせ】

- ★センター祭: 10月13日(土) 詳しくは掲示しているポスターをご覧ください
- ★今月のナイトケア: 10月26日 ★IFリーグ: 10月18日(木)PM 有志によるフットサル外部試合
- ★座談会: 小グループ、クラブ活動、水曜プログラムの座談会があります。今期の振り返りを行う話し合いです。
※クラブ活動は11月8日までお休みとなります。
- ★定期面接: 10月29日～11月あたり
- ★特別プログラム: 10月は4回あります。SST、WRAP、就労系を予定しています。詳しくは掲示します。

