

《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 <b>屋内ゲートボール</b> やさしいヨーガ	2日 スポーツ <b>Tボール+体力測定</b> 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 <b>くす玉作り</b> 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 <b>室内ゲーム</b> 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	<b>ストレッチポール</b> 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 <b>Wiiスポーツ</b> 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 <b>センター祭準備</b> 物品移動	12日 <b>センター祭準備</b> 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	<b>センター祭準備</b> 飾り付け・リハーサル	

午前	15日 全体活動 <b>センター祭打ち上げ</b> 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 <b>Youtube茶話会</b> 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 <b>ミニバレー</b> 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 <b>ウォーキング</b> 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	<b>ストレッチポール</b> 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 <b>ソフトバレーボール</b> やさしいヨーガ	23日 スポーツ <b>バドミントン</b> 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 <b>畑</b> 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 <b>話し合い(お菓子持ち寄り)</b> 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	<b>ストレッチポール</b> フリータイム(自主的活動)
					ナイトケア

午前	29日 スポーツ <b>インディアカ</b> 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 <b>TVゲーム大会</b> 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 <b>合同ミーティング</b>	2日 小グループミーティング AB: CD:
午後	全体活動 <b>音楽交流会</b> 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 <b>ダンスレッスン(USA)</b> 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	<b>ストレッチポール</b> 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見てください
- ★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。

