

2024年

4月

2024/4/1

	日	月 9:30	火 9:30	水 9:30	木 10:00	金 10:00	土
		1	2	3	4	5	6
AM 10:30		ストレッチ	将棋サロン	リワーク説明	ミーティング 交流会打合せ	KIZUKI	家族教室
PM 14:00		当事者研究LIVE	ウォーキング 桜をみに行こう！	つつち〜の部屋	プロデュース大作戦	コミュニティカレッジ ★カラオケ	すてらサロン ストレスマネジメント講座
N 16:00		イブニングソーシャル	イブニングソーシャル		みんなで作ろう 夕食編	イブニングソーシャル	
	7	8	9	10	11	12	13
AM 10:30		健康回復プログラム	みんなでゲーム	リワーク・SST【問題】	ウォーキング	KIZUKI	すてらサロン
PM 14:00	休み	みんなでクッキング パンつくろう！	有明散歩 有明医療大学に行こう！	リワーク・SST【実践】	るえか式心理教育	コミュニティカレッジ しおとタバコ展	
N 16:00		イブニングソーシャル	イブニングソーシャル	15:00 誰でもスポーツ	みんなで作ろう 夕食編	イブニングソーシャル	
	14	15	16	17	18	19	20
AM 10:30		当事者研究【個別】	将棋サロン	リワーク・心理教育 【問題】	ウォーキング	KIZUKI	すてらサロン
PM 14:00	休み	とつき〜とSST	ひあサポータータイム おおきたタイム	リワーク・心理教育 【実践】	バースデイ/ プログラムミーティング	zoomでアラカルト	ストレスマネジメント講座
N 16:00		イブニングソーシャル	イブニングソーシャル		みんなで作ろう 夕食編	イブニングソーシャル	
	21	22	23	24	25	26	27
AM 10:30		★卓球	KIZUNA	リワーク・認知行動療法 【問題】	VR SST	Jコアーズ	すてらサロン
PM 14:00	休み	当事者研究LIVE	まいの部屋	リワーク・認知行動療法 【実践】	サバゲーをしに行こう	コミュニティカレッジ るえか式心理教育 ★美ぼでい	
N 16:00		イブニングソーシャル	イブニングソーシャル	15:00 誰でもスポーツ	みんなで作ろう 夕食編	イブニングソーシャル	
	28	29	30	1	2	3	4
AM 10:30							
PM 14:00	休み	すてらサロン	すてらサロン				
N 16:00							
種類	運動	リワークプログラム	コミュニケーション	心理教育	イベント	コミュニティカレッジ	土：ステラサロン

給食サービス 10:00までに参加した人は朝食サービスがあります（日によってはSPバージョンも）

新規 コミュニティカレッジが新しく金曜PMプログラムに移りました。【登録者限定】

コミュニティカレッジは基本すべての日程に参加できる方が対象となります。

メイクアップ PMプログラムに参加する方はメイクアップ算定になります。

★ 集会所で行うプログラムです。

★ 変更等がありましたら、公式LINEにてお知らせいたします。

