

🎃 R6年 10月 デイケア リふれプログラム予定表 🎃

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
AM	/		ミーティング	スポーツ	/	ミーティング	🌸スポーツ 🌸さいころトーク
PM			チャレンジ	華道 かれん(15時から)		セルフケア	ミーティング
	6	7	8	9	10	11	12
AM	/	ハンドクラフト	🌸さいころトーク	スポーツ	/	ミーティング	スポーツ
PM		スポーツ	チャレンジ	リラクゼーション		🌸セルフケア クラブ活動(体育館)15時~	リふれチャレンジ
	13	14	15	16	17	18	19
AM	/	🏆スポーツの日	ミーティング	スポーツ	/	🌸ワールドカフェ	スポーツ
PM			チャレンジ	フラワーアレンジメント かれん(15時から)		ふなきたウォーク	AAとわかちあい
	20	21	22	23	24	25	26
AM	/	ハンドクラフト	男性ミーティング 女性ミーティング	🌸全体会	/	ミーティング	スポーツ
PM		スポーツ	映画鑑賞	リふれDEアート		セルフケア	フリートーク
	27	28	29	30	31	※プログラムは変更になることがあります。 ※🌸印のあるプログラムは全員参加です。	
AM	/	ハンドクラフト	ミーティング	 🌸秋レク			
PM		スポーツ	チャレンジ				

		【チャレンジ】	【リふれチャレンジ】	【セルフケア】
AM	/	1日 ⑩再発のサインを知ろう②考え方のクセ	12日 ②引き金と錨	4日 LIFE まとめ
PM		8日 ①強くなるより賢くなろう	クラブ活動 かれん~花と野菜 活動日:第1.3水曜日 夏野菜を育てています。 15時からに変更になっています。 メンバー募集中♪	11日 Drの会
		15日 ⑫自助グループを知る(仲間の話)&振り返り		25日 ヨガ
		29日 ①お酒の飲み方を振り返ろう		

★ジョブミーティング★

現在就労中の方が対象です。希望者が複数名いる日に開催をします。希望の場合はスタッフにお声かけください。

