

よろクリテイケア 2020年(令和2年) 9月 月間プログラム

月	火	水	木	金	土
<p>プログラムの詳細を、テイケア室の扉に掲示しております。ぜひ、ご覧ください</p>	<p>1 AM よろクリ MyTime 11:15~ AW PM みんなで SST</p>	<p>2 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST</p>	<p>3 AM 音楽クラブ 11:15~ AW PM よろスポ</p>	<p>4 AM いきいき 健康づくり PM よろクリ MyTime</p>	<p>5 AM マイホビー PM 今村セッション [当事者研究]</p>
	<p>7 AM よろクリ MyTime コラージュ PM 健康づくり 動画でエクササイズ</p>	<p>8 AM よろクリ MyTime 11:15~ AW PM みんなで SST</p>	<p>9 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST</p>	<p>10 AM よろクリ MyTime 11:00~ 輪読会 PM セレクト Music</p>	<p>11 AM 波動絵 PM よろクリ MyTime</p>
<p>14 AM よろクリ MyTime 月曜 WRAP PM PSW ちょっといい話生活にまつわる エトセトラ </p>	<p>15 AM 茶話会 PM みんなで SST</p>	<p>16 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST</p>	<p>17 AM 音楽クラブ 11:15~ AW PM よろスポ</p>	<p>18 AM セレクト Myブック & Cafe  PM よろクリ MyTime</p>	<p>19 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン)</p>
<p>21 敬老の日 </p>	<p>22 秋分の日 </p>	<p>23 AM アロマソープ作り PM 働く SST</p>	<p>24 AM よろクリ MyTime 11:00~ 輪読会 PM セレクト DVD 9/14 頃に決定します</p>	<p>25 AM 波動絵 PM よろクリ MyTime</p>	<p>26 AM 体操・卓球など PM マイホビー 後半「ため息クラブ」 (´Д`)☹</p>
<p>28 AM よろクリ MyTime ストレスマネジメント入門 PM 健康づくり 動画でエクササイズ</p>	<p>29 レク行事 AM ゲーム大会  テイケアウトで昼食 PM 晴れ 散歩 雨天 映画鑑賞 & 甘味</p>	<p>30 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST</p>	<p>[よろクリ My Time] とは・・・ 「セルフヘルプ(自分を助け、)勇気づける!」をテーマに、ご自身のためのプログラムです。手工芸、コラージュ、オフィスワーク、読書、パソコン、面談など様々なことに使えます。</p>		