

よろクリテイケア 2021年(令和3年)10月 月間プログラム (Ver.2)

月	火	水	木	金	土
<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の時間です。 手工芸、コラージュ、オフィスワーク、読書、面談など様々なことに使えます。</p>				<p>1 AM ゆるゆる ウォーク  PM よろクリ My Time</p>	<p>2 AM マイホビー PM 今村セッション リモートで シンポジウムに参加します</p>
<p>4 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ</p>	<p>5 AM 茶話会 PM アートセラピー ゲスト・富樫さんの パステル画</p>	<p>6 AM ヨガ よろクリ My Time PM 働く SST</p>	<p>7 AM 音楽クラブ PM よろずでスポーツ</p>	<p>8 AM 体操 PM よろクリ My Time</p>	<p>9  AM 陽だまり土田の からだメンテナンス PM WRAP (元気回復行動プラン)</p>
<p>11 AM よろクリ MyTime PM PSW の ちょっといい話</p>	<p>12 秋葉山散策 ※ 1日参加がオススメ 午前ショートのみも可 雨天時  AM “つもり” 森林浴 PM よろクリ My Time</p>	<p>13 AM ヨガ よろクリ My Time PM 働く SST & WRAP</p>	<p>14 AM よろクリ My Time 11:00 すぎ 輪読会 PM セレクト Mybook & music</p>	<p>15  AM ゆるゆる ウォーク PM よろクリ My Time</p>	<p>16 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン)</p>
<p>18 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ</p>	<p>19 AM 今回は午前 アートセラピー PM みんなで SST</p>	<p>20 AM ヨガ よろクリ My Time PM 働く SST</p>	<p>21 AM 音楽クラブ PM よろずでスポーツ</p>	<p>22 AM 未定です。 お楽しみに(^o^)/ PM よろクリ My Time</p>	<p>23 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン) (14:00 家族教室)</p>
<p>25 AM よろクリ MyTime ストレスマネジメント入門 PM B&G でスポーツ</p>	<p>26 AM よろクリ My Time アクションワーク PM みんなで SST</p>	<p>27 AM アロマの時間 PM 働く SST</p>	<p>28 AM よろクリ My Time 11:00 すぎ 輪読会 PM セレクト DVD</p>	<p>29  AM 陽だまり土田の からだメンテナンス PM よろクリ My Time</p>	<p>30 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン)</p>

利用時間：デイケア・・・9:30～16:00 ショートケア・・・AM ショート 9:30～12:30、PM ショート 13:00～16:00

※お休みされる場合はお電話いただけると有難いです。