

よろクリテイクア 2021年(令和3年) 11月 プログラム

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|--|---|---|--|--|---|--|
| 1 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ | 2 AM 茶話会 色々予定を話合いましょ。. PM みんなで SST | 3 文化の日  | 4 AM 音楽クラブ♪ PM よろスポ | 5  AM 陽だまり土田の からだメンテナンス PM よろクリ MyTime | 6 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン) | |
| 8 AM よろクリ MyTime PM PSW の ちょっといい話 | 9 AM よろクリ MyTime PM アティクションワーク アートセラピー | 10 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST | 11 AM よろクリ MyTime PM 11:00 すぎ 輪読会 セレクト Mybook & music | 12 AM 波動絵 PM よろクリ MyTime | 13 AM マイホビー PM WRAP (元気回復行動プラン) | |
| 15 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ | 16 AM よろクリ MyTime PM アティクションワーク みんなで SST | 17 AM ヨガ よろクリ MyTime PM 働く SST | 18 AM 音楽クラブ♪ PM…外出行事 ウオロク散策 & 喫茶「Some time」 | 19 AM ゆるゆる ウォーク PM よろクリ MyTime | 20 AM マイホビー PM 今村先生と行く 「にじいろフェア」 @ 天寿園 | |
| 22 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ | 23 勤労感謝の日  | 24 AM アロマの時間 PM 働くSST & WRAP | 25 AM よろクリ MyTime PM 11:00 すぎ 輪読会 セレクト DVD | 26 AM 波動絵 PM よろクリ MyTime | 27  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) | |
| 29 AM よろクリ MyTime PM B&G でスポーツ | 30 AM よろクリ MyTime PM ストレスマネジメント入門 アティクションワーク アートセラピー | <div data-bbox="920 1262 2130 1469" style="background-color: #00b050; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px;"> <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、面談など様々なことに使えます。</p> </div> | | | | |