

よろクリティケア 2026年(令和8年) 2月プログラム

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|---|--|---|--|
| 2 AM よろクリ MyTime アティクションワーク PM よろずでスポーツ | 3 AM アートセラピー PM お休み | 4 AM 音楽クラス PM SST | 5 AM 日々.com 【神経発達症】(限) PM お休み | 6 AM ヨガ&エクササイズ PM よろクリ MyTime | 7 AM オープンダイアローグ を知ろう ① PM お休み |
| 9 AM カラオケ PM よろずでスポーツ | 10 AM よろクリ MyTime 11:00 すぎ 輪読会 PM お休み | 11 建国記念日  | 12 AM はた楽 ~一緒に探そう 私の働く 私の暮らす~ PM お休み | 13 AM 波動繪 PM よろクリ MyTime | 14 AM I ❤️ DANCE PM お休み |
| 16 AM よろクリ MyTime アティクションワーク 11:00 すぎ 輪読会 PM PSW の ちょっといい話 | 17 AM アートセラピー PM お休み | 18 AM 音楽クラス PM 踊る水曜日!! | 19 AM 日々.com 【神経発達症】(限) PM お休み | 20 AM ヨガ&エクササイズ PM よろクリ MyTime | 21 AM オープンダイアローグ を知ろう ② PM お休み |
| 23 天皇誕生日  | 24 AM 編み物日和 よろクリ MyTime PM お休み | 25 AM アロマの時間 PM 男女別 SST | 26 AM 自律神経調整ヨガ & ポノポノラボ PM お休み | 27 AM 波動繪 PM よろクリ MyTime 目指せスッキリ女子 | 28 AM よろずでスポーツ マイタイムも良し(^-^♪ PM お休み |
| | <p>[よろクリ My Time] とは・・・</p> <p>「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。</p> <p>手工芸、コラージュ、読書、パソコン、必要に応じた面談など様々なことに使えます。</p> | | | | |