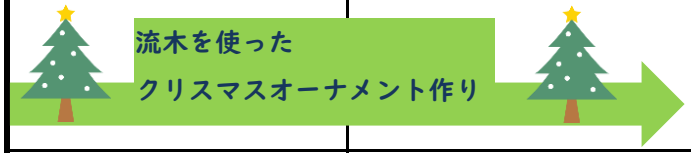
よろクリデイケア　2026年(令和8年) 12月 プログラム

当面、AMショートケアのみの開催となります。
利用時間は
9：30～12：30です。
昼食500円で利用可能。

月	火	水	木	金	土
	1 AM アートセラピー 	2 AM よろずでスポーツ 	3 AM 日々.com 【神経発達症】(限)	4 AM Winter＆クリスマス×コラージュ 黙々よろくり MyTime	5 AM 市民公開講座をみよう『大人の発達障がいと当事者同士のつながり』 黙々よろくり MyTime
7 AM 「こころの元気」輪読会 よろクリ MyTime 	8 AM 編み物日和 よろクリ MyTime	9 AM 音楽クラブ 12月に聞きたくなる曲、教えてください^^ 	10 AM So-da! 相談 SST プログラム 今回はテーマフリー 知恵とアイデアと労いを～☆	11 AM 波動絵 	12 AM よろくりマイタイム ＆ 栄養士さんとコラボキッチン☆ 
14 AM カラオケ 	15 AM アートセラピー 	16 AM よろずでスポーツ 	17 AM 日々.com 【神経発達症】(限)	18 AM 本をもっと！楽しむゲーム会 ～みんなで本を持ちよって～ 黙々よろくり MyTime	19 休診
21 AM 精神保健福祉士による お役立ち講座  耳よりな情報が聞けるかも！	22 AM よろくり My Time 「こころの元気」輪読会	23 AM アロマの時間 	24 AM ポノポノラボ at クリスマスイブ 自分の体と心を一番にいたわる日に 	25 AM 波動絵 	26 AM 2026 DC納め～年忘れダンスパーティ  踊る方も踊らない方も!
28 休診	29 休診	30 休診	31 休診		

・冬の気配や師走の雰囲気を感じる季節。クリスマスアートを楽しむ日、イブに自分への労いをプレゼントする企画、本×ゲーム会、年忘れダンスパーティと、12月らしい企画をご用意しました。クリスマスオーナメント作りでは、流木を使っておもいおもいのクリスマス飾りを作ります。材料、各種とりそろえてお待ちしております。作ったものは持ち帰りOK！ちょっぴり、お気に入りの空間になるかも～

・12月5日は、市民公開講座を視聴予定。成人期の発達障がいに関する最新の知見や自分らしく生きるヒントについて、専門家のお話、当事者のお話を聞きます。ご興味のある方、ぜひご一緒にみましょう。

心も身体も楽しませて素敵な一年の終わりとなりますように。