

こころの健康支援センター 3月選択制プログラムカレンダー

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						1 閉館日
2	3 ☆ひとり暮らし 料理教室 10:00~12:00	4	5	6 ◎テキスト形式SST 10:00~12:00 ☆ひとり暮らし 料理教室 10:00~12:00	7	8 閉館日
☆ハンクラ 13:30~15:00	☆卓球 13:30~15:00	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30~15:30 ☆合唱 13:30~15:00	◎ビジネスPC教室 13:30~15:30	☆PCはじめの一步 13:30~15:30		
9	10	11	12	13 ◎テキスト形式SST 10:00~12:00	14	15 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30~15:00	☆リラックスヨーガ 13:30~15:00	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30~15:30	◎ビジネスPC教室 13:30~15:30	☆PCはじめの一步 13:30~15:30	ユースプログラム 13:30~15:30	
16	17	18	19	20 閉館日	21	22 閉館日
☆卓球 13:30~15:00 ☆アロマ 13:30~15:00	◎書道<硬筆> 13:30~15:00	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30~15:30 ☆合唱 13:30~15:00	☆SST 13:30~15:30 ◎MOSコース <Excel> 13:30~15:30			
23	24	25	26	27 ◎就労準備プログラム 10:00~12:00	28	29 閉館日
ボランティアクラブ 13:00~14:00 ◎カモミール会の会 14:00~15:30	☆太極拳 (ストレッチ体操) 13:30~14:10	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30~15:30 ☆楽スポ 13:30~15:00	◎MOSコース <Excel> 13:30~15:30	☆うたごえ喫茶 13:30~14:30		
30	31					

