

こころの健康支援センター 10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	2	3	4 閉館日
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、プログラムが変更となる場合がございますのでご了承ください。			◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	☆PCははじめの一步 13:30～15:30		
5	6	7	8	9	10	11 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 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	☆PCははじめの一步 13:30～15:30		
12	13	14	15	16	17	18 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30～15:00	☆リラックスヨガ① 13:30～15:00	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30～15:30	☆SST 13:30～15:30 ◎MOSコース <Word> 13:30～15:30	☆アロマ 13:30～15:00	※1 ユースプログラム 13:30～15:30	
19	20	21	22	23	24	25 閉館日
☆卓球 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	※2 ☆リラックスヨガ② 13:30～15:00 ◎MOSコース <Word> 13:30～15:30	☆作業所見学 プログラム 10:00～12:00		
26	27	28	29	30	31	
※3 カモミールの会 14:00～15:30	☆ストレッチ体操 13:30～14:30	◎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 <Word> 13:30～15:30	◎テキスト形式SST 10:00～12:00	☆うたごえ喫茶 13:30～14:30	

- ・当面の間、デイルーム開所時間は月～金曜日9:30～12:00および13:00～15:30です(変更の可能性があります)。
- ・(就)は就労支援室ライズ登録者のプログラムです。
- ・(訓)は生活訓練事業登録者のプログラムです。
- ・☆マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者両方のプログラムです。
- ・◎マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者、ライズ登録者が利用できる合同プログラムです。
- ・※1 ユースプログラムは、25歳くらいまでの方を対象としています。参加希望の方は担当にご相談ください。
- ・※2 リラックスヨガは①か②のどちらかのひとつの申込みになります。
- ・※3 カモミールの会は発達障がいのある方向けの茶話会です。事前の申し込みが必要です。

こころの健康支援センター 11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
※新型コロナウイルスの感染拡大状況により、プログラムが変更となる場合がございますのでご了承ください。						1 閉館日
2	3 閉館日	4	5	6 ◎テキスト形式SST 10:00～12:00	7	8 閉館日
☆ハンクラ 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 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	☆PCはじめの一歩 13:30～15:30	※1 ユースプログラム 13:30～15:30	
9	10	11	12	13 ※3 ママカフェ 「たんぼぼ」 10:00～11:30 ◎テキスト形式SST 10:00～12:00	14	15 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30～15:00	※2 ☆リラックスヨガ① 13:30～15:00	◎3Dデザイン 自主勉強会 13:30～15:30 ◎先輩の話を聞く会 13:30～15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	☆PCはじめの一歩 13:30～15:30		
16	17	18	19	20 (訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆アロマ 13:30～15:00	21	22 閉館日
☆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	◎MOSコース <PowerPoint> 13:30～15:30 ☆SST 13:30～15:30			
23 閉館日	24	25	26	27 ◎就労準備 プログラム 10:00～12:00	28	29 閉館日
	☆ストレッチ体操 13:30～14:30 ◎書道<硬筆> 13:30～15:00	◎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 <PowerPoint> 13:30～15:30 ※2 ☆リラックスヨガ② 13:30～15:00	(訓)ユーカリ 13:30～15:30 ☆うたごえ喫茶 13:30～14:30		
30						

10月のカレンダーは7面にあります♪

- ・当面の間、デイルーム開所時間は月～金曜日9:30～12:00および13:00～15:30です(変更の可能性があります)。
- ・(就)は就労支援室ライズ登録者のプログラムです。 (訓)は生活訓練事業登録者のプログラムです。
- ・☆マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者両方のプログラムです。
- ・◎マークはデイ事業登録者と生活訓練事業登録者、ライズ登録者が利用できる合同プログラムです。
- ・※1 ユースプログラムは、25歳くらいまでの方を対象としています。参加希望の方は担当にご相談ください。
- ・※2 リラックスヨガは①か②のどちらかのひとつの申込みになります。
- ・※3 ママカフェ「たんぼぼ」は、こころセンター利用者で小学生以下のお子さんをお持ちの方が参加できます。

