



調布
社協
CHOFU CITY
SOCIETY OF SOCIAL WELFARE



発行
社会福祉法人
調布市社会福祉協議会
編集

調布市こころの健康支援
センター

〒182-0024
調布市布田5-46-1

開所: 月曜～土曜
8時30分～17時30分

☎ 042(490)8166
FAX 042(490)8167

10月26日(日)に布田わくわくひろばまつりが開催されます。自治会や地域団体の方々を中心となって進めていく地域のおまつりところの健康支援センターのつどいを合同開催する形で長年続いているイベントです。昨年とは1日を通して延べ1,000人近い参加があったため、今回どんな内容であればさらに喜んでいただけるか考えながら進めてきました。地域の方とともに高校生や中学生にも舞台発表や運営ボランティアとしても毎年協力いただき、世代間の交流も行われています。利用者の舞台出演(職員によるオタマバンドもです!)や作品展、グループワークの出店やプログラムでの展示もあり、本当に様々な方々で作りあげるイベントです。ブルーキャップをかぶり、受付やテント設営を行う“縁の下の力持ち”的なセンターのボランティアクラブにも注目です! 当日がもちろんメインではありますが、各グループワークやプログラムにおいて、企画からメンバーも入って、準備してきました。我々センターの支援同様にその過程も大切にしています。その点も踏まえてご来場の皆さまには盛り上げていただきましたら幸いです。センター一同、みなさまとイベントでお会いできることを心待ちにしております。



センター長木内

HP <http://kokoro.chofu-city.jp/>

調布市こころセンター

検索



調布市こころの健康支援センター地域のつどい

秋の恒例イベントが開催されます! こころセンターをはじめ、たくさんの地域活動団体や福祉団体の参加もあり、楽しさいっぱいの内容です。どなたでもご参加可能ですので、是非お気軽にお越しください。

日時 令和7年10月26日(日) 午前10時～午後3時
会場 調布市こころの健康支援センター



目次



・こころセンタートピックス ・布田わくわくひろばまつり 見どころ ・こころセンター閉館日の お知らせ	2
・プログラムからの お知らせ	3
・グループワークからの ご報告 ・新任職員紹介	4
・就労支援室ライズからの お知らせ	5
・ちょうふネットワーク ひろば	6
・プログラムカレンダー	7, 8

○お食事○

焼きそば そぼろ丼 お好み焼き
パン ホットドック 唐揚げ コロッケ
豚汁 焼きトウモロコシ 大学芋
おしるこ お饅頭 ポップコーン
ジェラート 焼き菓子 各種ドリンク

○体験コーナー○

輪ゴム射的 スーパーボールすくい くじ引き
お菓子の掴み取り 的あて ゲーム
大正琴 ベジメーター 介護相談
フラワーアレンジメント

○福祉作業所・団体の販売○

野菜 手工芸品 バザー品(小物類)の販売

○舞台○

オカリナ・悠 こころセンターメンバー発表
神和海エイサー 南高校ダンス部
おたまバンド いなほ音楽ボランティア
アジアンビューティー キララクラブ
平成尺八塾 コグニサイズ
南高校吹奏楽部 こころセンター合唱部

○活動展○

・個人作品
(絵画、デジタル作品、手芸、絵手紙など)
・こころセンタープログラム作品
(鉄道クラブ、イラスト、書道、ハンクラ、いきものがかり、MOSなど)



*詳細は、右記のQRコードからチラシをご確認ください。
*こころセンターの見どころは、P.2をご覧ください。



チラシ

布田わく史上最大の食べ物数!
新鮮野菜も販売!

こころセンタートピックス

家族学習会のお知らせ

こころの健康支援センターでは、センター利用者のご家族、かささぎ会会員を対象に、精神疾患やご家族の健康管理等をテーマとして年に数回家族学習会を開催しています。

申込制ですので、ご興味がある方は、センターまでご連絡ください。

《今後の予定》

☆10月30日(木)14:00~16:00

「日々に活かせるSST」

講師:清水 有香氏

(精神保健福祉士・SST普及協会認定講師)

☆11月18日(火)14:00~16:00

「作業所(草むらde夢)見学」

*希望されるご家族には、チラシを送付いたします。
相談担当までご連絡ください。

発達障害者支援事業ぽぽむより カモミールの会参加者募集中

カモミールの会は、発達障害に関する診断を受けられた方を対象とした茶話会です。毎月第4月曜の午後で開催しています。「感覚的に苦手なもの」「対人関係の工夫」など、いろいろなテーマで話し合ったり、好きなことをざっくばらんに話したりしています。自由に話すなかで、悩んでいるのは自分だけではないのだな、同じような思いを持っている人が他にもいるんだな、とほっとできる場となればよいと考えています。どんな雰囲気か気になる方は相談担当までお声がけください。見学も大歓迎です。

☆日時:10月27日(月)「自分のこと、どこまで話す?」

12月22日(月)「気持ちのスイッチ~気持ちの切り換え、どうしてる?~ 探し」

*11月は振替休日のためお休みです。

☆時間:14:00~15:30

☆場所:本館1階団体室B



布田わくわくひろばまつり見どころ



布田わくわくひろばまつりを10月26日(日)に開催します!
こころセンターメンバーが活躍する見どころをご紹介します。
是非お立ち寄りください!

☆出店・体験ブース

- グループワークブース
- タイム:くじ引き
- ミント:カフェ
- シナモン:ホットドック
- オリーブ:ゲーム
- ジャスミン:作品展示
- こころブース:的あて

☆ステージ出演

利用者が舞台に立ちます♪ピアノ演奏・ハーブ演奏・ダンス・漫才・漫談などの様々なパフォーマンスを予定しています。もしかしたら今年も職員も…!?

☆展示ブース

イラストや写真やハンドメイド作品などの利用者の個人作品や、デイプログラムのMOS・イラスト・ハンドメイドクラブ・書道・鉄道クラブの作品も展示されます!

☆ボランティア

こころセンターのボランティアチーム、通称ブルーキャップ! テント設営や受付や体験ブースなどに入ってもらい、一緒におまつりを盛り上げてくれます!



こころセンター閉館日のお知らせ



10月13日(月)スポーツの日、11月3日(月)文化の日、11月24日(月)振替休日の日は祝日のため、こころの健康支援センターは閉館します。
また、10月24日(金)のデイルーム利用は、布田わくわくひろばまつりの準備の為、9時~15時30分までになります。ご理解とご協力をお願いいたします。

プログラムからのお知らせ



デイ事業では、アロマセラピーやうたごえ喫茶など、生活を豊かにするプログラムを行っています。メンバーは毎回変わりますが、参加したい内容を選んで参加できます。プログラム一覧は右記のQRコードをご覧ください。プログラムの予定は、P7.8のカレンダーに掲載されています。



就労準備プログラム

毎月第3火曜日に実施しているプログラムです。将来的に就職を目指している人、現在就職活動中の人など、お気軽にご参加ください♪

《今後の予定》

☆11月18日(火)10:00~12:00

「働く先輩の話を聞こう

～働き続けるために大切なこと～

講師:ライズ登録者

*場所は、別館1階デイルームです。

*参加は、申し込み制です。



チラシ

作業所見学プログラム

作業所ってどんなところ?」「誰でも通えるの?」「どれくらいの頻度から通えるの?」という疑問におこたえするため、このプログラムでは1日目は作業所に関するミニ学習会、2日目は作業所見学会を行います。

今すぐ作業所に通う予定がない方も大歓迎です!是非お気軽にご参加ください。

*1回だけの参加も可能です。

*詳細は個別にお知らせします。

*見学の際の交通費は実費になります。

	日程	内容
①	11月18日(火) 10:00~12:00	<作業所ミニ学習会> 作業所についての説明後、疑問や質問を出し合って、理解を深めます。
②	11月25日(火) 10:00~12:00	<作業所見学&振り返り> <u>就労継続支援B型作業所</u> ことのはを訪問し見学会を行います。

生活スキル勉強会

生活スキルに関する勉強会 + 先輩の話を聞く会の全3回を予定しています!

《第2回》

『先輩の話を聞く会(一人暮らし編)』

前半は、一人暮らしに役立つ福祉サービスの説明や、グループホームの世話人をお招きして、どんな支援を受けられるか話していただきます。

後半は、一人暮らしをしている先輩から、「金銭管理」「家事や食事」「引っ越し」「良かったこと・苦勞したこと」など、様々なお話しをして頂きます。興味がある方は是非ご参加ください。

○日時:11月15日(土)

○時間:13:30~15:30

○場所:本館2階こかげ



チラシ

テキストSST

様々な場面のテーマに基づいて、参加者それぞれのやりとりを職員と一緒に考え、練習を行うプログラムです。「こういう時にどう言ったらいいんだろう」「以前こういう風にやってみただけどよかったかな?」と困っていたり、気になっている場面のロールプレイをします。そのロールプレイの良かったところ、出来ていたところを皆で振り返るを通し、やってみたら意外と出来た、上手くいった、と自信につなげることができるプログラムです。連続3回を1クールとして、年間3クール行っています。1日だけの参加、見学も大歓迎です。興味のある方は相談担当までどうぞ。

《令和7年度第2クール日程》

11月10日(月)・11月17日(月)・12月1日(月)

*時間:13:30~15:30

*場所:こころの健康支援センター団体室

イラスト

布田わくわく広場まつりに向けてイラストプログラムでは合同作品を作っています。10月はその制作のために臨時で2回プログラムを行います!

今年のテーマは「海」で、ちぎり絵で虹やクジラを作ったり、海の生き物の絵を描いたりします。イラストが好きな人、絵は描けないけどちぎり絵ならやってみたいという人も大歓迎ですので、ぜひご参加ください。 3

グループワークからのご報告



グループワークは、対人関係の力をつけることを目的に、10人程度の固定したメンバーで、室内・調理・外出・運動等のプログラムをメンバーで決めて活動しています。グループワークの詳細は右記のQRコードをご覧ください。



オリーブ 毎週火曜日 13:30~15:30

夏の時期のオリーブでは、ヘンプ、卓球、調理(クレープ)、ボッチャ、レジン作成などを行いました。ヘンプでは参加者みなさんの好きな夏曲を流しながら楽しみました。かき氷を食べたりもしました。運動プログラムは屋内で行われ、暑い夏でも運動を楽しめました。同年代の方と交流できるのが魅力だと思っています。

Kさんより

タイム 毎週水曜日 10:00~12:00

風船バレーをやりました。初めてだったので、最初は風船がどう飛ぶかわからなくて大変でしたが、最後の方には、自分なりにコツがつかめてきました。みんな真剣にやっていたので、それが良いと思いました。下の方に風船がある時は、思い切り上に上げてよいというのが、つかんだコツの一つです。

Tさんより

ジャスミン 毎週木曜日 10:00~12:00

アイロンビーズを初めて触り、作品を作ってみました。アイロンのあて具合が意外と難しかったです。沢山ある色の中から、皆で色が足りなくなると交換しあったりするのが印象的で楽しかったです。

Kさんより

ミント 毎週金曜日 10:00~12:00

8/29のCoCoカフェでドリンク作りをしました。二人体制で相手の方と「私チョコミントフロート作ります。」等声を掛け合いながら協力したり、職員さんのサポートのおかげで落ち着いてこなすことが出来ました。コミュニケーションの大切さを実感しました。

Kさんより

シナモン 毎週金曜日 13:30~15:30

正式に参加してから2か月が経過しました。短い期間ですが感じたことを簡単に纏めます。私を含め参加者の方々がみな穏やかな雰囲気^{まと}で過ごせているのを感じます。私生活にも前になかったリズムが出来ました! また、穏やかな雰囲気のお陰で乗り気ではないプログラムでもゆったりと快適に過ごすことができ感動しております。担当職員の方々の深い配慮と入念な準備に心から感謝しております。

Mさんより

新任職員紹介

いちかわ たつや

市川 達也

【福祉人材育成センター】

- 出身地:福岡県
- 趣味:映画鑑賞・スポーツ観戦
- 日課:寝る前に動物動画をみる
- 抱負:7月2日より入職いたしました。福祉分野は初めての経験になりますが、少しでも早くみなさまのお力になれるよう日々精進したいと思います。よろしくお願いいたします。



たかはし まりえ

高橋 満里絵

【福祉人材育成センター】

- 出身地:広島県
- 趣味:掃除・草木の水やり
- 日課:アサイーヨーグルトを食べる
- 抱負:7月より入職いたしました。福祉分野のお仕事は初めてですが、福祉人材育成センターの一員としてお力になれるよう精一杯頑張ります。これから、よろしくお願いいたします。



就労支援室ライズからのお知らせ

詳しくは各プログラムのチラシをご覧ください。

○●今後のライズの行事予定●○

ミーティング(申込制)

◇日時:10月18日(土)14:00~16:00

◇場所:別館デイルーム

モルック(申込制)

◇日時:11月29日(土)14:00~16:00



今回のライズスポーツは皆さん大好きモルックです。
チームで戦略を練り、勝利のモルックをつかみ取れ!!
※雨天の場合はゲーム大会を行います。

就労SST

「就労場面でのコミュニケーション」をテーマにSSTを行います。課題を絞って臨んでいただくことで、自分自身に必要なコミュニケーションスキルを身に付けることができます。

◇日時

11月1日(土)14:00~16:00

※参加をご希望される方は、事前に担当職員へご相談ください。



ピアサロンのご案内

ライズ女子会(申込制) ~スイーツをつくらう~

◇日時◇

11月29日(土)

14:00~16:00

◇参加費

100~200円程度



久しぶりに開催する女子会では、スイーツ作りを行います。楽しく作って、みんなで美味しく食べましょう♪

ライズ登録者が発起人となり、数回の話し合いを重ねて、ピアサロンを立ち上げました。会の名前は『プチライズ』です。「ちょっと話したい」「誰かの話を聞いてみたい」そんな気持ちを大切に、あたたかい交流の場です。

はじめての方も、話すのが苦手な方も、気軽にご参加ください。

◆日時:令和7年10月18日・12月20日(土)午前10時~12時

◆対象者:就労支援室ライズに登録されている方

◆場所:別館デイルーム

◆内容:仕事や生活の悩みなど、自由に話せる場です。聞くだけの参加もOK!(お茶を飲みながらゆったりと)ちょっとした雑談や、日頃の気持ちを話すだけでも大歓迎です。

◆その他:出入り自由です。(途中参加・途中退出OK)

飲み物や食べ物はご自身でご用意ください※ゴミは各自お持ち帰りをお願いします

◆問合せ先:就労支援室ライズ

活動報告

7/26(土) ストレッチ体操

当日は山川先生をお招きし、ストレッチ体操のプログラムを実施しました。

音楽を流しながら、座ったままでできる簡単なストレッチや、肩・首・腰まわりをほぐす運動などを、みんなで楽しく行いました。「体がかたくなっていたが、ストレッチをして体が軽くなった気がする」といった感想もあり、リフレッシュできた時間となりました。今後も、気軽に参加できるような体を動かすプログラムを企画していきますので、まだ参加されたことのない方も、ぜひ次の機会にご一緒しましょう!

8/23(土) 就労ミーティング

今回の就労ミーティングの参加者は8人でした。

テーマは、①何を重視して現在の仕事を選んだか②食事と睡眠で気を付けていることの2つでした。

①は業務内容、通勤時間など参加者個々の価値観や考え方が共有できました。

②は参加者が個々の就寝時間・食生活・運動習慣について発表しました。就労している方々の共通点として22時には就寝している傾向にあり、毎日の体調管理に気を付けていることが分かりました。

就労ミーティングでは日々の仕事や就活のこと、生活面での相談事などを、自由にお話しできます。ぜひお気軽にご参加ください。

昨年に引き続き、今年も参加者のみなさんに特技や好きなことを披露していただけたらと思っています。歌ったり、楽器を演奏したり、漫才をしたり何でもOKです! 面談の際に披露してみたいコトがあれば、ぜひ職員へ教えてください。

クリスマス会の後半はレクリエーションも行いますのでお楽しみに♪

日時:12月13日(土)14:00~16:00



ライズクリスマス会 出演者募集

ちょうふネットワークひろば

調布市内の関係機関を紹介したり、学習会等のイベント情報をお届けします

ひだまりサロンとは・・・

住み慣れた地域で、お互いに助け合い安心した生活を送ることができるよう交流の場づくりをしている事業です。

【ひだまりサロン 『木洩れ陽』】

ボランティアが野菜たっぷり具沢山の味噌汁を用意します。お昼ご飯を持参して、おいしい味噌汁とともに楽しい時間をすごしませんか？

日時：10月10日(金)

11月14日(金)

いずれも12:00～13:00

場所：調布市こころの健康支援センター別館1階

対象：こころの健康支援センター利用者どなたでも可

参加費：無料



【ひだまりサロン 『CoCoオアシス』】

①どなたでも、気楽にご参加いただき、楽しいひと時をお過ごしください。

②友だちづくりの場として、悩みを相談したり、吐き出して気分転換をはかりましょう。

日時：10月11日(土)

11月8日(土)・11月22日(土)

いずれも13:00～15:30

(状況により変更となる場合があります。)

場所：調布市こころの健康支援センター別館1階

【グループなごみ茶屋】

心の病気のある方が地域の中で、自然に生活していくための支援を目的とし、当事者の方が気楽に立ち寄り、ほっとしていただけるようなカフェをめざしています。

日時：10月4日(土)・18日(土)

11月1日(土)・15日(土)

いずれも13:30～15:30

場所：総合福祉センター4階 茶室

参加費：50円

(健常者の方は100円)

申込み不要

*和室でいっぶくゆらりと、お過ごしください。



イラスト by Hさん

【かささぎ会 (調布市精神障害者家族会)】

◆精神障害者家族の相談会・情報交換会



- ①病気のご家族の事で心を痛めている皆さん。苦しみを吐き出して少しでも心を軽くしませんか！
- ②苦しみを一人で抱え込まず、同じ悩みを持つ者どうしが集まり、悩みを共有し支え合しましょう！
- ③病気や福祉についての知識を深め、当事者を支える家族の対応の仕方など話し合しましょう！

日時：10月11日(土)・25日(土)

11月8日(土)・22日(土) 13:30～15:30

場所：調布市こころの健康支援センター 団体室AB

※申込不要です。会員でない方も遠慮なく、当日直接会場にお越しください。

【吉祥寺病院「家族教室」】

日時：10月25日(土) 14:05～16:30 (13:50より受付)

場所：吉祥寺病院 1階 会議室

内容：統合失調症の原因、症状、経過、リハビリテーションについて(医師)、薬について(薬剤師)、社会資源の上手な利用の仕方(精神保健福祉士)

対象：ご家族のみ(ご本人が吉祥寺病院にかかっていない場合も参加可)

参加費：無料(事前申込要)何度でも参加いただけます。

申込み・問合せ：吉祥寺病院

☎ 042-482-9151 (作業療法科 小松)

こころの健康支援センター 10月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 (訓)タイム 10:00～12:00	2 (訓)ジャスミン 10:00～12:00	3 (訓)ミント 10:00～12:00	4	5 閉館日
		☆イラスト 13:30～15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	(訓)シナモン 13:30～15:30 ☆PCはじめの一步 13:30～15:30		
6	7	8 (訓)タイム 10:00～12:00	9 (訓)ジャスミン 10:00～12:00	10 (訓)ミント 10:00～12:00 ※2 ママカフェ 「たんぼぼ」 10:00～11:30	11	12 閉館日
☆ハンクラ 13:30～15:00 ☆楽スポ 13:30～15:00 ☆書道<毛筆> 13:30～15:00	(訓)オーリーブ 13:30～15:30 ☆ゲーム 13:30～15:00 ※1タ方デイ*コスモス 15:30～17:00	☆鉄道クラブ 13:30～15:00 ☆イラスト 13:30～15:00 ◎ゲームコーナー準備P 15:10～16:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30～14:40 ②14:50～16:00	※3 木洩れ陽サロン 12:00～13:00 (訓)シナモン 13:30～15:30 ☆PCはじめの一步 13:30～15:30	※4 CoCoオアシス 13:00～15:30	
13 閉館日	14	15 (訓)タイム 10:00～12:00	16 (訓)ジャスミン 10:00～12:00	17 (訓)ミント 10:00～12:00 ☆アロマ 10:00～11:30	18	19 閉館日
	(訓)オーリーブ 13:30～15:30 ☆リラックスヨガ 13:30～15:00 ※1タ方デイ*コスモス 15:30～17:00 ◎書道<硬筆> 13:30～15:00	☆合唱 13:30～15:00 ☆Let's 簡単クッキング 13:30～15:30	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ☆SST 13:30～15:30	(訓)シナモン 13:30～15:30	※5 ユースプログラム 13:30～15:30 (就)就労ミーティング 14:00～16:00	
20	21	22 (訓)タイム 10:00～12:00	23 (訓)ジャスミン 10:00～12:00	24 (訓)ミント 10:00～12:00	25	26 ※6 布田わくわく ひろばまつり 10:00～15:00
☆卓球 13:30～15:00 ☆いきものがかり 15:30～ ☆合唱 13:30～15:00	(訓)オーリーブ 13:30～15:30 ※1タ方デイ*コスモス 15:30～17:00	☆推し活クラブ 13:30～15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30	(訓)シナモン 13:30～15:30		
27	28	29 (訓)タイム 10:00～12:00	30 (訓)ジャスミン 10:00～12:00	31 (訓)ミント 10:00～12:00		
※7 カモミールの会 14:00～15:30	(訓)オーリーブ 13:30～15:30 ☆ストレッチ体操 13:30～14:30 ※1タ方デイ*コスモス 15:30～17:00		◎MOSコース < Excel > 13:30～15:30 ※8 家族学習会 14:00～16:00	(訓)シナモン 13:30～15:30 ☆うたごえ喫茶 13:30～14:30		

・プログラムは、デイ事業登録者または生活訓練事業登録者が参加できるものです。土曜日はデイルームは閉鎖しています。

・(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タ方デイコスモスは、他のプログラムとの併用ができません。利用については担当者にご相談ください。

・※2 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のいる方が参加できます。

・※3 木洩れ陽サロンは利用者の方はどなたでも参加できます。

・※4 CoCoオアシスはどなたでも参加できます。

・※5 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。

・※6 布田わくわくひろばまつりの詳細は、1面をご覧ください。

・※7 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。

・※8 家族学習会には、センターを利用しているご家族、かささぎ会会員が参加できます。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 閉館日
					(就)就労SST 14:00~16:00	
3 閉館日	4	5 (訓)タイム 10:00~12:00	6 (訓)ジャスミン 10:00~12:00	7 (訓)ミント 10:00~12:00	8	9 閉館日
	(訓)オリーブ 13:30~15:30 ☆ゲーム 13:30~15:00 ※1夕方デイ*コスモス 15:30~17:00	☆イラスト 13:30~15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30~14:40 ②14:50~16:00	(訓)シナモン 13:30~15:30 ☆PCはじめての一步 13:30~15:30	※2 CoCoオアシス 13:00~15:30	
10	11	12 (訓)タイム 10:00~12:00	13 (訓)ジャスミン 10:00~12:00	14 (訓)ミント 10:00~12:00 ※3 ママカフェ 「たんぼぼ」 10:00~11:30	15	16 閉館日
☆書道<毛筆> 13:30~15:00 ☆テキストSST 13:30~15:30	(訓)オリーブ 13:30~15:30 ☆リラックスヨーガ 13:30~15:00 ※1夕方デイ*コスモス 15:30~17:00	☆鉄道クラブ 13:30~15:00	◎ビジネスPC教室 ①13:30~14:40 ②14:50~16:00	※4 木洩れ陽サロン 12:00~13:00 (訓)シナモン 13:30~15:30 ☆PCはじめての一步 13:30~15:30	※5 ユースプログラム 13:30~15:30 ◎生活スキル勉強会 13:30~15:30	
17	18 ◎就労準備プログラム 10:00~12:00 ☆作業所見学 プログラム 10:00~12:00	19 (訓)タイム 10:00~12:00	20 (訓)ジャスミン 10:00~12:00	21 (訓)ミント 10:00~12:00 ☆アロマ 10:00~11:30	22	23 閉館日
☆卓球 13:30~15:00 ☆いきものがかり 15:30~ ☆テキストSST 13:30~15:30 ☆合唱 13:30~15:00	(訓)オリーブ 13:30~15:30 ◎書道<硬筆> 13:30~15:00 ※1夕方デイ*コスモス 15:30~17:00 ※6 家族学習会 14:00~16:00	☆合唱 13:30~15:00 ☆Let's 簡単クッキング 13:30~15:30	◎MOSコース < Excel > 13:30~15:30 ☆SST 13:30~15:30	(訓)シナモン 13:30~15:30 ☆鉄道クラブ(臨時) 13:30~15:00	※2 CoCoオアシス 13:00~15:30	
24 閉館日	25 ☆作業所見学 プログラム 10:00~12:00	26 (訓)タイム 10:00~12:00	27 (訓)ジャスミン 10:00~12:00	28 (訓)ミント 10:00~12:00	29	30
	(訓)オリーブ 13:30~15:30 ☆ストレッチ体操 13:30~14:30 ※1夕方デイ*コスモス 15:30~17:00	☆推し活クラブ 13:30~15:00	◎MOSコース < Excel > 13:30~15:30	(訓)シナモン 13:30~15:30 ☆うたごえ喫茶 13:30~14:30	(就)就労プログラム 14:00~16:00	

10月のカレンダーは 7面にあります♪

- ・プログラムは、デイ事業登録者または生活訓練事業登録者が参加できるものです。土曜日はデイルームは閉鎖しています。
- ・(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夕方デイコスモスは、他のプログラムとの併用ができません。利用については担当者にご相談ください。
- ・※2 CoCoオアシスはどなたでも参加できます。
- ・※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のいる方が参加できます。
- ・※4 木洩れ陽サロンは利用者の方はどなたでも参加できます。
- ・※5 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。
- 8 ※6 家族学習会には、センターを利用しているご家族、かささぎ会会員が参加できます。事前の申し込みが必要です。

