

～今月のお知らせ～

- ・今年度は外部ボランティア活動は行わず、来年4月以降より再開します。
- ・23 日(水)『お悩み相談室』は、皆さんの抱えるお悩みを、認知行動療法、アサーション、アンガーマネジメントなどの考えを活用し、参加する方と一緒に解決を目指します。
- ・24 日(木)『ちえりあ体育館』は、バスケット、バトミントン、卓球などのスポーツを楽しみます。上靴を持参いただき、動きやすい服装でご参加ください。



今月の行事

1 日行事:30 日(水)

【お花見 in 平岡公園】

※申し込みが必要ですが※
内容詳細についてはお尋ねください

半日行事:4日(金)

【カミサウルス特別展】



アクティブクラブ】

1 日(火)・15 日(火)

※両日の参加が必要となります※
出かける場所や昼食の場所を「話し合い」で決め「外出」するプログラムです。

【フラワー アレンジメント】



1 日(火)・15 日(火)

※申し込みが必要ですが※
生け花やアレンジメントを行います。使用したお花はお持ち帰り可能です♪直接申し込みできない場合、キャンセルの場合は前日 15 時までに電話にてご連絡ください。

アンケートプログラム

11 日(金)

【ねんど部】

※申し込みはいりません

グルママップ作り(外)

21 日(月)

※話し合いに参加された方のみで外出します。

～コミュニケーション系プログラム～

【SST、当事者研究、お悩み相談室】

人間関係、体調、暮らしの中での悩みや困りごとについて、皆で考え行動や考え方のアイデアを出し合います。聞くだけの参加も OK！

【That's 談、テーマトーク】

雑談やテーマに沿った話を、気軽に喋りをしながら過ごす時間です。

ものづくりが好きな方
興味のある方は☆

【手作り工房】

木工や革細工で
作品作りができます♪



自分の好きなことに
打ち込みたい方は！

【自主プログラム】

「自主活動ができる時間」です。
・私物の持ち込み OK！
・人のいる場所が苦手な方は
個室での活動もできます。

身体を動かしたい方には！

【ヨガ】【ボウリング】

【室内スポーツ】



【五天山公園】

リラックスしたい方には♪

【アロマテラピー】

自分専用のアロマボトルを
作れます♪



プログラムや行事、デイケアの利用に関する事項はお知らせコーナーにて確認をお願いいたします。わからないことがありましたらスタッフにお尋ねください。