



9月プログラム予定表

2020年
クルール

		月	火	水	木	金	土	日
午前	午後		1 芸術活動 ～レジンに挑戦～	2 ゲーム de コミュトレ	3 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) ゆるゆる ストレッチ	4 ゲームを作ってみよう	5	6
			先月の振り返りと 今月の目標	クルールスポーツクラブ ※動きやすい服・靴をご持参ください	グループセラピー ～認知行動療法のき・ほ・ん～	頭とからだのストレッチ ※動きやすい服装で！	休	休
午前	午後	7 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) NEW 心理教育シリーズ クルールについて	8 オフィスクルール	9 自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	10 芸術活動 ～ペーパークラフトに挑戦～	11 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) ゆるゆる ストレッチ	12	13
		レク de コミュトレ	フリートーキング	クルールスポーツクラブ ※動きやすい服・靴をご持参ください	グループセラピー ～行動を変えると 気分が良くなる～	ゲーム de コミュトレ	休	休
午前	午後	14 ゲームを作ってみよう	15 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) ゆるゆる ストレッチ	16 フリートーキング	17 芸術活動 ～レジンに挑戦～	18 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) NEW 心理教育シリーズ クルールについて	19	20
		ANEW トランプ de ラスベガス	オフィストーキング	クルールスポーツクラブ ※動きやすい服・靴をご持参ください	頭のストレッチ	POM de Couleur メンバー主体プログラム	休	休
午前	午後	21 敬老の日	22 秋分の日	23 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) ゆるゆる ストレッチ	24 ゲーム de コミュトレ	25 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) NEW 心理教育シリーズ ～精神疾患～	26	27
				グループセラピー ～自分の体験を眺めてみる～	ゲームを作ってみよう	アロマセラピー	休	休
午前	午後	28 フリートーキング	29 芸術活動 ～ペーパークラフトに挑戦～	30 自主活動 (PC 自習 読書 芸術) NEW 心理教育シリーズ ～精神疾患～	<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <ul style="list-style-type: none"> …リワーク・学習系 …コミュニケーション系 …スポーツ系 …個人作業系 </div> <div style="width: 50%;"> <p>※参加人数や状況により、内容が変更になる場合があります、ご了承ください。</p> <p>※どのプログラムも、自主活動に変更して過ごすことができます。</p> <p>※クルールスポーツクラブは動きやすい服・靴をご持参ください。</p> <p>※新型コロナウイルスの流行状況によって、プログラム内容が変更となる場合があります。</p> </div> </div>			
		グループセラピー ～考え方のクセを知ろう～	心理士と学ぶポジサイ ～幸せの要素～	クルールスポーツクラブ ※動きやすい服・靴をご持参ください				

※参加メンバーの人数や状況により、内容が変更になる場合があります。ご了承ください。