11月プログラム予定表

2020年
クルール

	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	8
午前	芸術活動 ～ペーパークラフト～	文化の日	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / 心理教育シリーズ ～抗精神病薬～	フリートーキング	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / ゆるゆる ストレッチ	休	休
午後	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 ～問題解決策を考えよう～	POM de Couleur メンバー主体プログラム		
	9	10	11	12	13	14	15
午前	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / 心理教育シリーズ ～クルールについて～	芸術活動 ～プラバン～	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / ゆるゆる ストレッチ	ゲーム de コミュトレ	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	休	休
午後	ゲーム de スポーツ	ゲームを作ってみよう	トランプ de ラスベガス	グループセラピー ～自動思考記録を つけてみよう～	自主活動 （PC 自習 読書 芸術）		
	16	17	18	19	20	21	22
午前	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / 心理教育シリーズ ～抗精神病薬～	オフィスクルール	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / ゆるゆる ストレッチ	芸術活動 ～ペーパークラフト～	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	休	休
午後	頭とからだのストレッチ ※動きやすい服装で！	ゲーム de コミュトレ	グループセラピー ～アクションプラン～	フリートーキング	自主活動 （PC 自習 読書 芸術）		
	23	24	25	26	27	28	29
午前	勤労感謝の日	ゲーム de スポーツ	芸術活動 ～プラバンに挑戦～	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / ゆるゆる ストレッチ	ゲーム de コミュトレ	休	休
午後		グループセラピー NEW～聞く技術(入門)～	NEW ソフトテニス🎾 ※動きやすい服、靴をご持参ください	ゲームを作ってみよう	心理士と学ぶポジサイ ～その瞬間を味わう～		
	30						
午前	自主活動 （PC 自習 読書 芸術） / ゆるゆる ストレッチ						
午後	グループセラピー ～アサーションについて～						

- …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

※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。
※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。
※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。
※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。