

# 4月プログラム予定表

2023年  
クルール

	月	火	水	木	金	土	日
	3	4	5	6	7	8	9
午前	先月のふり返りと今月の目標	<b>特別企画(1日)</b> 東千歳バーベキュー	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   心理教育シリーズ ～発達障害～	ゲーム de コミュトレ	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   ゆるゆる ストレッチ	休	休
午後	グループセラピー ～アサーション～	長沼アイスの家エトセトラ に寄り道	クルールスポーツクラブ モルック・ペタンク	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	PSWと 社会資源を検索してみよう①		
	10	11	12	13	14	15	16
午前	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   ゆるゆる ストレッチ	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	オフィスクルール	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	フリートーク	ゲーム大会 	芸術活動 ～レジン～	ゲーム de コミュトレ	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)		
	17	18	19	20	21	22	23
午前	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   ゆるゆる ストレッチ	芸術活動 ～大人も夢中になる樹脂粘土 ～	自主活動(PC 自習 読書 芸術)   心理教育シリーズ ～発達障害～	ゲーム de コミュトレ	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   ゆるゆる ストレッチ	休	休
午後	ゲーム de スポーツ	グループセラピー ～会話上手を目指そうpart① ～	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	PSWと 社会資源を検索してみよう②	POM de Couleur メンバー主体プログラム		
	24	25	26	27	28	29	30
午前	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)   ゆるゆる ストレッチ	オフィスクルール	芸術活動 ～ペーパークラフト～	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～	<b>特別企画</b> 小川公園に花見	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	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 ～スキーマについて～	<b>特別企画</b> 今月のハッピーバースデー祭		

…リワーク・学習系      ※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。  
 …コミュニケーション系      ※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。  
 …スポーツ系      ※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。  
 …個人作業系      ※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。