

10月プログラム予定表

2023 年
クルール

	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	8
午前	先月のふり返りと 今月の目標	フリートーキング	芸術活動 ～水彩画～	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	外出レク 防災センターに行こう! (昼食は外で)	休	休
午後	グループセラピー ～アサーションについて～	オフィスクルール	スポーツの日にちなんで クルールモルック大会!	ゲーム de コミュトレ	自主活動 (PC 自習 読書 芸術) ※外出から戻り次第		
	9	10	11	12	13	14	15
午前	 スポーツの日	ゲーム de コミュトレ	芸術活動 ～ペーパークラフト～	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	ゆるゆる ストレッチ	休	休
午後		クルールスタディ ～カフェインについて～	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	クルール記録に挑戦! 	茶話会 業務スーパーの 牛乳パックスイーツ 		
	16	17	18	19	20	21	22
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 ～レジン～	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	クルールクッキング ～お好み焼き～	休	休
午後	ゲーム大会 	グループセラピー ～会話上手を目指そう Part I ～	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	POM de couler メンバー主体プログラム	クッキング 片付け	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	
	23	24	25	26	27	28	29
午前	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	心理教育シリーズ 支援制度・事業所 について	芸術活動 ～大人も夢中になる粘土細工～	ゲーム de コミュトレ	ゆるゆる ストレッチ	休	休
午後	ゲーム de スポーツ 	特別企画 小川公園に紅葉を見に行こう	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 ～自動思考記録を つけてみよう～	特別企画 今月のハッピーバースデー祭 &HALLOWEEN 		
	30	31	…リワーク系 …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。				
午前	自主活動 (PC 自習 読書 芸術)	ゆるゆる ストレッチ					
午後	頭とからだのストレッチ ※動きやすい服装で!	茶話会 クレープを楽しもう					