







		月	火	水	木	金	土	
第1週		<今月の注目プログラム> * 今月は若干のプログラム曜日変更があります。 CBTが水曜に移動しています。 カラオケ、社会就労支援プログラムも 変則的に移動しています。ご注意ください。 				1	2	3
	午	* IMRリカバリープログラム開始します。 (マークの見方) ●教育、学習、就労系 ★趣味、余暇系 ▲健康づくり系 ■対人スキル系 ▼スポーツ系 ◆生活力アップ系 (※) ←事前申込みが必要です。詳しくはポスターをご参照ください。				▲ウォーキング ●バラエティ カウンセリング ・フリー	★コーラス ★麻雀 ・フリー	お休み 
	前					★カラオケ ◆女性限定(※) 「センター南」 ・フリー	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー	
後					ナイトケア			
第2週		5	6	7	8	9	10	
	午	メンバーミーティング	▲買い物さんぽ ●脳活 ・フリー	★音楽鑑賞 ◆園芸 ・フリー	▲ウォーキング ★創作 ・フリー	★手話 ★麻雀 ・フリー	のんびり ゆっくり.. 土曜デイケア (フォローアップ グループ開催)	
	前	★手工芸 ◆半日外出(※) 「コーチャンフォー」 ・フリー	◆お楽しみ料理 「ドライカレー」 ▲D-ストレッチ ・フリー	▼卓球 ■こころカフェCBT (基礎編) ・フリー	★手工芸(UVレジン) ◆男性専科(※) 「堂之坂公苑」 ■IMRリカバリー ・フリー	▼スポーツ(※) 「バドミントン」 ★麻雀 ・フリー		
後	ナイトケア		ナイトケア		ナイトケア			
第3週		12	13	14	15	16	17	
	午	振替休日 	▲買い物さんぽ ●脳活 ・フリー	★映像ランド ●喫茶シルクロード ・フリー	▲ウォーキング ●バラエティ カウンセリング ・フリー	★コーラス ★麻雀 ・フリー	お休み 	
	前		▲3B体操 ★カラオケ ・フリー	▼卓球 ■こころカフェCBT (基礎編) ・フリー	◆女性限定 「デコパージュ」 ■IMRリカバリー ・フリー(映画鑑賞あり)	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー		
後	ナイトケア		ナイトケア		ナイトケア			
第4週		19	20	21	22	23	24	
	午	★お茶会	▲買い物さんぽ ●脳活 ・フリー	★音楽鑑賞 ◆園芸 ・フリー	▲ウォーキング ★創作 ・フリー	★手話 ★麻雀 ・フリー	のんびり ゆっくり.. 土曜デイケア 	
	前	★手工芸 ◆半日外出 「カラオケ」 ・フリー	◆お楽しみ料理 「夏野菜そうめん」 ●社会就労支援(※) 「スワンペーカー見学」 ・フリー	▼卓球 ■こころカフェCBT (基礎編) ・フリー	★手工芸(UVレジン) ◆男性専科(※) 「ちいろばの家」 ■IMRリカバリー ・フリー	▼スポーツ 「室内ボウリング」 ★麻雀 ・フリー		
後	ナイトケア		ナイトケア		ナイトケア			
第5週		26	27	28	29	30	31	
	午	★お茶会	▲買い物さんぽ ●脳活 ・フリー	★映像ランド ●喫茶シルクロード ・フリー	▲ウォーキング ●バラエティ カウンセリング ・フリー	★コーラス ★麻雀 ・フリー	お休み 	
	前	★手工芸 ◆半日外出(※) 「ニコペット」 ・フリー	▲3B体操 ●社会就労支援 「作業所について」 ・フリー	▼卓球 ■こころカフェCBT (基礎編) ・フリー	◆女性限定 「オランダ坂珈琲」 ■IMRリカバリー ・フリー(映画鑑賞あり)	▼テニス(※) ★麻雀 ・フリー		
後	ナイトケア		ナイトケア		ナイトケア			