

	月	火	木	金	土
午前	卓球	ビーズ細工	SST	ヨガ	アートの時間
	工作の時間	茶道のおけいこ		茶の湯	絵手紙
	アロマテラピー	器楽演奏		カラオケ	読書
	料理教室	料理教室	料理教室	料理教室	時短料理
午後	ストレッチ	心理教育	初めてのダンス	エアロビ	じゃがいも作り
	大人の塗り絵	ウェルネス体操	ちぎい絵	自律訓練法	あみもの
	パッチワーク		室内ゲーム	ギターくらぶ	DVD鑑賞

- ・ギターくらぶと器楽演奏は、外部から専門の演奏者に、直接指導していただいています。
- ・アート/工作の時間は、近隣の美大生による指導を受けています。
- ・心理教育は、医師をはじめ、臨床心理士や作業療法士などによる講演で、毎回大好評です。
- ・料理教室/時短料理では、料理が初めての人や一人暮らしの人でも気軽に参加して料理を覚えられます。
- ・滞在型の就労支援プログラムも、上記プログラムとは別に、開始しています。
- ・SSTはソーシャル・スキル・トレーニングです。より良いコミュニケーションができるようになります。