



生活訓練施設 Lu-cha 新春1月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
AM					1 元旦 	2 	3 
PM							
15:30~							
AM	4 お休み	5 AM Lu-cha新聞社/フリー	6 AM フリースペース 北野初詣(高幡不動尊)	7 AM NEAR / フリースペース	8 AM 人付き合い 個別相談(会場:北野)	9 開所予定です。 プログラム内容は追って お知らせします。	10
PM		PM NEAR / 音楽	PM 明神町初詣(深大寺) /フリースペース	PM 新春・書初めタイム	PM スポーツ 個別相談(会場:北野)		
15:30~		個別活動		個別活動	15:00 バレー部(子安)		
AM	11 成人の日	12 AM Lu-cha新聞社/フリー	13 AM 人付き合い AM リラックスヨガ/個別(北野)	14 AM NEAR / フリースペース	15 AM フリースペース 個別相談(会場:北野)	16	17
PM		PM スポーツ@子安 /音楽	PM お休み	PM フリー /合同バレー@エスフォルタ	AM ワークショップ 個別相談(会場:北野)		
15:30~		個別活動		個別活動			
AM	18 AM 生活の知恵 /個別・ミニ自分を知ろう(北野)	19 AM フリー	20 AM 自分を知ろう AM リラックスヨガ/個別(北野)	21 AM NEAR / フリースペース	22 AM 合同バレー@エスフォルタ /フリースペース	23 開所予定です。 プログラム内容は追って お知らせします。	24
PM	PM 自分を知ろう /スポーツ(子安)	PM NEAR / 音楽	PM お休み	PM 真冬のメタ認知番外編	個別相談(会場:北野) PM スポーツ		
15:30~		個別活動・バレー部(子安)		個別活動	個別相談(会場:北野)		
AM	25 AM フリー/バレー大会 /ミニメタ認知(北野)	26 AM Lu-cha新聞社/フリー	27 AM 心理教育(第1回) 振り返りのミーティング(北野)	28 AM NEAR / フリースペース	29 AM 全体ミーティング 個別相談(会場:北野)	30	31
PM	PM フリー/バレー大会	PM NEAR / 全体ミーティング	PM お休み	PM 心理教育(第1回)	PM アロマたいむ 個別相談(会場:北野)		
15:30~		個別活動		個別活動			

- ♪ プログラムは変更・延期等になる場合があります。予めご了承ください。
- ♪ 施設内に入る際には手洗い、うがい、検温等をお願いします。
- ♪ 緑字の個別活動は北野利用者が対象です。施設利用は16時まで可能ですが部屋を区切る等をする場合があります。
- ♪ オレンジ枠：北野で実施します。金曜の個別相談は予約制です。
- ♪ 北野で行うプログラムは主に北野利用者の方向けのプログラムです。

今月のトピック

- ・2021年のLu-chaは1月5日(火)からになります。12月29日～1月4日は電話等もつながりません。ご了承ください。
- ・6日は初詣に行く予定です。午前には北野から高幡不動尊へ。午後は明神町から深大寺へ。
- ・第1回心理教育のテーマは「疾患について(統合失調症・気分障害)」の予定です。
- ・1月25日は東京体育館でバレー大会です！バレー部募集！応援も募集！一丸となって頑張りたい！
- ・14日、30日(土)開所予定です。プログラム内容は追ってお知らせします。
- ・13、20、27日PMは職員研修のため休みとなります。
- ※外出プログラムなどは中止・延期等になる場合があります。