

## 生活訓練施設ルーチャ 令和6年11月のスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
AM 10:00~					1 AM フリースペース/実行委員会 AM 個別相談(会場:ルーチャ)	2 	3 文化の日
PM 13:00~					PM ゲーム大会/ バレー部@エスフォルタ		
15:00~					PM 個別相談(会場:ルーチャ)		
AM 10:00~	4 振替休日	5 AM シンひとづきあい	6 AM お休み	7 AM ヘルスケアの時間	8 AM フリースペース/実行委員会 AM 個別相談(会場:ルーチャ)	9 AM・PM フェスタかたかご@堀之内/ 高崎市ソーシャルフットボール 大会観戦	10
PM 13:00~		PM ルーチャ新聞社/フリー	PM ルーチャの集い /CBGT@プエンテ	PM お金の相談室/ バレー部@子安	PM 生活の知恵 /バレー部@子安		
15:00~		NEAR	はじめての音楽	個別活動	PM 個別相談(会場:ルーチャ)		
AM 10:00~	11 AM 自分を知ろう	12 AM フリースペース/ バレーボール大会@東京体育館	13 AM 社会資源	14 AM ヘルスケアの時間	15 AM フリースペース/実行委員会 AM 個別相談(会場:ルーチャ)	16 PM ウォーキングフットボール 会@台町市民センター	17 
PM 13:00~	PM 音楽/フリー	PM 秋の映画鑑賞会/ バレーボール大会@東京体育館	PM いちよう並木ウォーキング /CBGT@プエンテ	PM ルーチャWRAP	PM 音楽を語れ		
15:00~				個別活動	PM 個別相談(会場:ルーチャ)		
AM 10:00~	18 AM 時短クッキング	19 AM 生活実験室	20 AM お休み	21 AM ヘルスケアの時間特別編!! 高尾山登山/フリー	22 AM フリースペース/実行委員会 AM 個別相談(会場:ルーチャ)	23 勤労感謝の日	24
PM 13:00~	PM 音楽/フリー	PM ルーチャ新聞社/フリー	PM みんなで決めようプログラム /CBGT@プエンテ	PM ヘルスケアの時間特別編!! 高尾山登山/フリー	PM ワークショップ/ 卓球の会@子安		
15:00~		NEAR	創作部	個別活動	PM 個別相談(会場:ルーチャ)		
AM 10:00~	25 AM 心理教育	26 AM 全体ミーティング/ 地域活動	27 AM お休み	28 AM ヘルスケアの時間	29 AM フリースペース/実行委員会 AM 個別相談(会場:ルーチャ)	30 	
PM 13:00~	PM 音楽/フリー	PM ルーチャ新聞社/フリー	PM 全体ミーティング /CBGT@プエンテ	PM ルーチャWRAP	PM アロマたいむ		
15:00~		NEAR	1か月の振り返り	個別活動	PM 個別相談(会場:ルーチャ)		

- ♪ 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、検温等をお願いします。
- ♪ 金曜の個別相談は予約制です。希望者は職員に確認してください。
- ♪ 全体ミーティングは2つあるうちのどちらか一つにご参加ください。
- ♪ フリースペースとプログラムが同時開催される場合、部屋の都合で同室での開催となる場合があります。

### 今月のトピック

- ・15時からのプログラムは16時まで実施します。そのため、火曜日はNEAR、水曜日はミニプログラム、木曜日は個別活動を行っています。ご希望の方はお声がけください。
- ・毎週水曜日午後1時~集団認知行動療法を行っております。誰でも参加できるプログラムではないため、ご希望の方は職員までご相談下さい。
- ・その他、プログラムについての意見などありましたら教えてください。
- ・青字は、参加費がかかるプログラムです。参加する場合、参加費のご準備をお願いします。