

休み：隔週土・水曜、日祝
 開所：平日11時～18時 土曜9時～17時

地域活動支援センター BASE24 2022年 1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
					1	2
3	4 初詣に行こう！ 13:00～	5	6 TVゲーム 13:00～	7	8 知っておきたいからだのこと 13:00～ 甘酒DAY	9
10	11 運動サークル 15:00～	12 SST 15:00～	13 WSM 14:30～	14 懸賞サークル 15:30～	15	16
17 音楽サークル 13:00～ WRAP 15:00～	18 吉田企画 13:30～	19	20 レジン作り 13:30～	21 テーブルゲーム 13:00～	22 映画鑑賞 13:00～ オニオンスープ	23
24 🏠 アンガーマネジメント 14:00～ ー最終回ー	25 アロマクラフト 14:00～	26 不安教室 13:00～	27 WSM 14:30～	28 手芸サークル 14:00～ ナイトデー	29	30
31 マインドフルネス 13:00～						

1/28は
13:00～20:30
の開所となります。

- ※ プログラムの参加費はレジン作り100円（1個）です。
- ※ BASEの日 🏠 はポイント2倍デーです。
- ※ SSTは、2名以上の参加で実施となります。ご了承ください。

スキルアップ

WRAP

調子が悪い時、体調を崩した時の対処方法を見つけましょう♪

WSM

健康自己管理を目標に話し合いをします。

アンガーマネジメント

怒りの感情のメカニズムや対処法を一緒に考えます！

不安教室

不安との向き合い方について考えます！

マインドフルネス

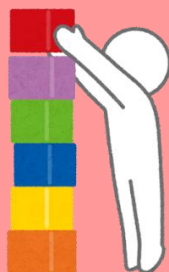
ちょっと一息つける時間を体験してみませんか？

知っておきたいからだのこと

今月は「熱」についてのおはなしです

SST

悩みや困ったことをグループ内で問題解決しませんか？



サークル活動

みなさんの「やりたい！」を基に
作られたプログラムです♪

テーブルゲーム

運動サークル

TVゲームサークル

音楽サークル

懸賞サークル

手芸サークル



バラエティ

楽しめるプログラムもあります^^

吉田企画

手帳でGOGO!

レジン作り

ワイヤーアート

アロマクラフト

映画鑑賞

