

休み：隔週水曜・土曜、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 11月

月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

土曜日

日曜日

	1 音楽を聞きながら コーヒータイム 14:00～	2 オンライン ナイトデー 18:00～	3 文化の日	4 テーブルゲーム 13:30～ 時短営業 12:00～18:00	5 内容は 投票受付中です！	6
7 車いすの学校 13:00～16:00	8 転倒予防チェック！ 13:30～	9 17時～20時の 開所となります	10 SST 13:30～	11 ボトルキャップ手芸 15:30～	12 映画鑑賞 13:00～	13
14 お散歩にGO！ 13:30～	15 ローズマリー 14:30～ 秋風会	16 オープンSST 13:30～	17 WSM…14:30～ ディナー部…17:00～ ¥(380円～)	18 アロマキャンドル作り 13:30～ ¥ 時短営業 12:00～18:00	19	20
21 私を大切にする時間 13:30～ 予約制	22 オンライン メンバーミーティング 13:30～	23 勤労感謝の日	24 WSM 14:30～	25 麻雀教室Part2 13:30～ 時短営業 11:00～16:00	26 23日の 振替休日	27
28 オンライン 石P 時間未定	29 広報誌づくり 13:30～	30 不安教室 15:30～				

※ ¥ は参加費がかかるプログラムになります。

※ BASEの日 🏠 はポイント2倍デーです。

※ **オンライン** は、オンラインでのプログラム参加が可能です（通信費は自己負担となります）。

スキルアップ

WSM

健康自己管理を目標に話し合いをします。

不安教室

不安との向き合い方について考えます！

石P

アサーション・アンガーマネジメントなど

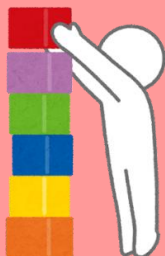
ご希望に合わせて内容を決めます♪

私を大切にする時間

自己肯定感を高めていきます。5名まで！

SST・オープン 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

ディナー部

ジャンヌに行きますよ〜♪

ローズマリー

秋風会

広報誌作り

音楽を聞きながらコーヒータイム

メンバーミーティング

車いすの学校



バラエティ

ボトルキャップ手芸

チョコレートマグネットを作ります♪

アロマキャンドル作り

クリスマスに向けてアロマキャンドルを作しましょう♪

テーブルゲーム

麻雀教室 Part2

ビギナーさんよ、集まれ！

転倒予防チェック！

冬に向けて、転ばない身体作りをしましょう♪

映画鑑賞

お散歩

