

令和7年度 本人グループ活動予定表

日付	プログラム
4月7日	スポーツ
4月14日	テーブルゲーム
4月21日	コミュニケーションゲーム
4月28日	アサーティブネス
5月5日	<こどもの日>
5月12日	スポーツ
5月19日	茗荷谷クラブ①(身体のセルフケア～ツボ・ヨガ～)
5月26日	アサーティブネス
6月2日	スポーツ
6月9日	マナー講座①
6月16日	テーブルゲーム
6月23日	アサーティブネス
6月30日	トークタイム
7月7日	スポーツ
7月14日	テーブルゲーム
7月21日	<海の日>
7月28日	アサーティブネス
8月4日	スポーツ
8月11日	<山の日>
8月18日	テーブルゲーム
8月25日	アサーティブネス
9月1日	スポーツ
9月8日	茗荷谷クラブ②(室内レク・ヨガ)
9月15日	<敬老の日>
9月22日	アサーティブネス
9月29日	テーブルゲーム

10月6日	スポーツ
10月13日	<スポーツの日>
10月20日	テーブルゲーム
10月27日	アサーティブネス
11月3日	<文化の日>
11月10日	スポーツ
11月17日	トークタイム
11月24日	<振替休日>
12月1日	スポーツ
12月8日	マナー講座②
12月15日	テーブルゲーム
12月22日	アサーティブネス
12月29日	<休み>
1月5日	スポーツ
1月12日	<成人の日>
1月19日	茗荷谷クラブ③(気分転換・気づきのプログラム)
1月26日	アサーティブネス
2月2日	スポーツ
2月9日	テーブルゲーム
2月16日	創作活動(コラージュ)
2月23日	<天皇誕生日>
3月2日	スポーツ
3月9日	テーブルゲーム
3月16日	コミュニケーションゲーム
3月23日	アサーティブネス
3月30日	トークタイム

♪ プログラム内容は変更することもあります