

アミーガ 2025年12月予定表

※個別面談（リラクゼーション含む）は週1日以内でご利用可能です。（要予約・所要時間30分） ※個別でのお掃除訓練は原則毎日行います。
※「てくてく散歩」「オープンデー」その他特別イベント等の日時詳細は追ってご案内します。※自助アコアMTG・アコア瞑想会の参加費は無料です。瞑想会のみ要予約。

- 回復/ケア
- 瞑想
- アート・スマイル・困りごとMTG
- 特別イベント

		月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6	7
A	10:00～11:30	10分エクササイズ	10分エクササイズ	11時～読合せ	11時～読合せ（Cブラック）	10分エクササイズ	14時 - 15時半 オンライン 自 助アコアMTG	アコア瞑想会 13時～18時 ふくふくプラザ
B	13:30～14:20	自助MTG	ケアワーク/回復クラス	Xmasお菓子作り	ケアワーク/回復クラス	X'masイベント準備・		
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG	Xmasお菓子作り	アートのじかん Xmas	瞑想・呼吸法	クッキング		
		16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所		
	16:30-18:00	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		8 🍎アミーガコープ	9	10	11	12 🍎生鮮配布	13	14
A	10:00～11:30	10分エクササイズ	アミーガランチ	11時～読合せ	11時～読合せ（Cブラック）	10分エクササイズ	14時～17時 卒業生お招き X'masパーティー	
B	13:30～14:20	自助MTG	Xmasお菓子作り	瞑想・呼吸法	ケアワーク/回復クラス	X'masイベント準備・		
C	14:30～15:20	アミーガランチクッキング	生活困りごとMTG		アートのじかん Xmas	クッキング		
		16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所		
	16:30-18:00	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		15	16	17 🍎食品配布	18	19	20	21
A	10:00～11:30	10分エクササイズ	10分エクササイズ	11時～読合せ	11時～読合せ（Cブラック）	10分エクササイズ	14時 - 15時半 オンライン 自 助アコアMTG	
B	13:30～14:20	Xmasお菓子作り	自助MTG	Xmasお菓子作り	ケアワーク/回復クラス	X'masイベント準備・		
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG	生活困りごとMTG	瞑想・呼吸法	アートのじかん Xmas	クッキング		
		16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所		
	16:30-18:00	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		22 🍎アミーガコープ	23	24	25	26 🍎生鮮配布	27	28
A	10:00～11:30	10分エクササイズ	11時～読合せ	アミーガ XmasランチPARTY ビンゴ他イベント	アミーガ Xmas発表会	ありがとう2025年★ AMIGA最後の大掃除	アミーガの冬休み ←12/26 20時～ ロータスMTG	
B	13:30～14:20	自助MTG	X'masイベント準備・					
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG	クッキング♪					
		16時 完全退所		16時 完全退所	16時 完全退所	16時 完全退所		
	16:30-18:00	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理	スタッフMTG・事務処理		
		29	30	31	2026年元旦	1月2日	1月3日	1月4日
A	10:00～11:30	アミーガの冬休み（2025年12/27（金）～2026年1/4（日）迄休み/年明けは1/5（月）スタート）						
B	13:30～14:20							
C	14:30～15:20							
	16:30-18:00			20時～24時 アコア年越しイベント WELCOME 2026 （会場・アミーガ）	14時～17時 アコア初詣イベント 愛宕神社参り～ アミーガにて新年茶会			

内容・時間は変更する可能性があります。（人数が集中した場合、別途枠でプログラム開催の可能性あり）

2025 年11月17日

