

アミーガ 2025年9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。

		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（Cブラック）	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～17時 ふくふくプラザ
B	13:30～14:20	ケアワーククラス	自助MTG	回復クラス	「LGBTQと性の多様性①」 講師：黒部美咲	スマイルプログラム		
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG	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	10分エクササイズ	みんなで作ろう♪ アミーガランチ	11時～読合せ（Cブラック）	11時～読合せ（Cブラック）		
B	13:30～14:20	自助MTG	回復クラス	回復クラス	ケアワーククラス	スマイルプログラム		
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG	アミーガランチ・クッキング	アートのじかん	瞑想・呼吸法			
		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	18	19	20	21
A	10:00～11:30	オープンデー	10分エクササイズ	11時～読合せ（Cブラック）	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		自助MTG	ケアワーク/回復クラス	刺繍絵作家：点々さん「アミーガバナー作りWS①」	スマイルプログラム		
C	14:30～15:20		8月のバースデーイベント	瞑想・呼吸法				
			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		
		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	オープンデー	11時～読合せ（Cブラック）	11時～読合せ（Cブラック）	10分エクササイズ	←9/26 20時～ ロータスMTG	
B	13:30～14:20	自助MTG		ケアワーク/回復クラス	「LGBTQと性の多様性②」 講師：黒部美咲	てくてく散歩		
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG		アートのじかん				
		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		
		29	30				30	31
A	10:00～11:30	10分エクササイズ	10分エクササイズ					
B	13:30～14:20	自助MTG	卒業イベント					
C	14:30～15:20	生活困りごとMTG						
		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					

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）

