


Colorみたか 2026年1月のスケジュール

☆プログラムは、参加人数によっては実施できない場合もありますので、ご了承ください。
☆プログラムへの参加費自己負担が生じる場合や、事前に準備していただくものがある場合があります。
☆卓球は室内履き・体育館プログラムは体育館履きをご用意ください。詳しくはスタッフにご確認ください。

	月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3	4
AM				お正月休み	お正月休み		
PM							
	5	6	7	8	9	10	11
AM	健康力UP	ライフスキルUP	学習	社会スキルUP	社会スキルUP		
	初詣	スマイルクリーニング	学習時間＆フリー	エンカウンター	自己理解ワーク		
PM	創作活動	創作活動	JOBトレ②	オリジナル活動	インドア活動	創作活動	社会スキルUP
	書初め	生け花	社会人講座 ～チームで働く編～	アクティブ派	インドア派	みんなでアート みんなで一つの作品を作ります	社会スキルUP
						JOBトレ①	
						WRAP⑤ ～元気回復行動プラン～	
	12	13	14	15	16	17	18
AM	成人の日	ライフスキルUP	学習	社会スキルUP	社会スキルUP		
		伊澤さんのごはん 材料費割り勘(約400円)申込制	学習時間＆フリー	SST	みんな気になるシリーズ 話し上手ってなんだろう？		
PM		社会スキルUP	オリジナル活動	インドア活動	健康力UP	社会スキルUP	JOBトレ①
		メンタルトーク	アクティブ派	手芸	大野さんと卓球勝負！	WRAP⑥ ～元気回復行動プラン～	
	19	20	21	22	23	24	25
AM	社会スキルUP	ライフスキルUP	学習	社会スキルUP	社会スキルUP		
	みんな気になるシリーズ 自他境界の話	大和さんのごはん 材料費割り勘(約400円)申込制	学習時間＆フリー	自己理解ワーク	認知行動療法(JOB編)		
PM	健康力UP	創作活動	JOBトレ②	オリジナル活動	インドア活動	社会スキルUP	社会スキルUP
	体育館 13:00集合 体育館シューズ持参	コラージュ	社会人講座 ～チームで働く～	アクティブ派	インドア派	なんでも紹介 (自分の好きなものを紹介！聞くだけOK)	お茶会 お茶菓子持参または参加費100円
	26	27	28	29	30	31	
AM	健康力UP	ライフスキルUP	学習	社会スキルUP	社会スキルUP		
	3000歩さんぽ！ (雨天は簡単ヨガします)	音楽トーク	学習時間＆フリー	お金の話	SST		
PM	社会スキルUP	健康力UP	オリジナル活動	インドア活動	社会スキルUP	JOBトレ①	ライフスキルUP
	瀬戸口さん座談会 ～なんでもお悩み相談～	体育館 13:00集合 体育館シューズ持参	アクティブ派	TRPG みんなで紡ぐ物語	コグニティブトレーニング	大そうじ＆ゲーム	