

《3月プログラム》

令和8年3月2日～令和8年3月27日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	3月2日	3日	4日	5日	6日
午前	やさしいヨーガ YouTube茶話会	桜もち作り 発達障害勉強会⑤	小グループ 新AB：麻雀 新CD：誕生会・料理「グラタン」	集まれ！畑クラブ 発達障害勉強会⑥	ソフトバレー 楽しい英語クラブ
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	ひな祭り茶話会 陶芸	行事(キャンプ)を考える会 スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール カラオケクラブ
ナイト	豚豚				煮しめ定食大根入り

	9日	10日	11日	12日	13日	14日
午前	やさしいヨーガ あみもの	室内ゲーム 発達障害勉強会⑦	小グループ 新AB：お菓子作り 新CD：ペンギンを見に行こう！ (外出：サンピアサ水族館)	集まれ！畑クラブ 発達障害勉強会⑧	臨床美術	フットサル大会？
午後	ソフトバレークラブ [五稜会病院と交流] 絵画&創作クラブ	モルック 陶芸	コミュニケーション練習 スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール カラオケクラブ	
ナイト	かつ丼				キムチチゲラーメン クラブ立候補	

	16日	17日	18日	19日	20日
午前	やさしいヨーガ パン作り	お菓子作り 「ミルクレープ」 発達障害勉強会⑨	札家連体育大会 卓上ゲーム リラの会	集まれ！畑クラブ 発達障害勉強会⑩	祝日 春分の日
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	外出(カラオケ) 陶芸	札家連体育大会 ユニカール	茶道 やさしいヨーガ IFリーグ	
ナイト	ザンギ クラブ公示				

	23日	24日	25日	26日	27日
午前	やさしいヨーガ おしゃべり (テーマ：ちょっとした悩み、愚痴)	合同座談会	小グループ 新AB：振り返り 新CD：振り返り	合同ミーティング クラブ選挙	全体料理 「帯広風豚丼」
午後	ソフトバレークラブ 絵画&創作クラブ	モルック 陶芸	外出(スケート) スポーツクラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチポール カラオケクラブ
ナイト	銀鱈の西京焼き		屋：ばる(1Fロビー)		親子丼

- 毎週金曜日ナイトケアを中心にフットサルの活動があります。興味関心ある方はぜひご参加ください
- 調理系プログラムは2F白板等に事前予約をしてください。フードロス削減にご協力ください。

【特記事項】

- 1月から小グループは新グループになっています。以前あったABグループ、CDグループに分かれます。それ以降に入ったメンバーはくじで決めます。
- 治療系プログラム：発達障害勉強会(全8回を予定、予備2回)。興味のある方は担当スタッフに申し込んでください。登録制とします。継続しての参加をお願いします。
- 所長プログラム 3/31(火) 内容は当事者研究をしたり、テーマを決めて話し合ったり当日集まって決めています。
- 札家連体育大会 3/18(水)(ソフトバレー)
- 合同座談会 3/24(水) 半年の振り返りを行います。詳しくはポスターをご確認ください。

【事務からのお願い】

保険証を変更される場合、事前に窓口までお伝えください