



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
31	1	2	3	4	5	6
閉所日	スーツDAY 就活の身だしなみ ピ	利用者ミーティング 10:30 ピ・リ ウォーキング 13:30 リ・体	クリーンアップ 10:30 リ・体 ミュージカル俳優 土倉有貴さんのゆるゆるトーク 「心と体のミュージカル」 13:10～ リ・コ・自	職員イベント (本儀) AM 手芸 リ・自	フィン藤崎より ～プロが教える～ リモートヨガ 10:30 リ・体	機構イベント アンガーマネジメント 13:00 ピ・自
7	8	9	10	11	12	13
閉所日	～プロが教える～ ヨガ 10:30 リ・体	映画鑑賞 always 3丁目の夕日 リ	クリーンアップ 10:30 リ・体 ニュースピックアップ 13:15(大橋) ピ・コ	職員イベント (北川) 10:15 睡眠 (心の健康) リ・自 職員イベント (崎田) 13:15 マツキーの旅話 リ・コ	フィン大橋より ～プロが教える～ リモートヨガ 10:30 リ・体	ウォーキング 13:30 リ・体
トライウィーク ←—————→						
14	15	16	17	18	19	20
閉所日	フィン藤崎より ～プロが教える～ リモートヨガ 10:30 リ・体 職員イベント(浅香) 自分と向き合う ワークショップ リ・自	職員イベント (保田) スタジオハンバー見学 リ・自 ウォーキング 13:30 リ・体	クリーンアップ 10:30 リ・体 ニュースピックアップ 13:15(大橋北) ピ・コ	職員イベント (浅香) Zoom講習 第2弾 ピ・コ	～プロが教える～ ヨガ 10:30 リ・体	P検試験日 しっかり学習! ピ・自
21	22	23	24	25	26	27
閉所日	フィン大橋より ～プロが教える～ リモートヨガ 10:30 リ・体	まわし読み新聞 (保田/館) 10:30 ピ・コ 大橋より本の紹介 13:15(北川) ピ・コ	クリーンアップ 10:30 リ・体 ニュースピックアップ 13:15(藤崎) ピ・コ	英会話 13:15 自・コ	フィン藤崎より ～プロが教える～ リモートヨガ 10:30 リ・体	ウォーキング 13:30 リ・体
28	29	30	1	2	3	4
閉所日	～プロが教える～ ヨガ 10:30 リ・体	ウォーキング 13:30 リ・体				

〈メモ〉

- コ: コミュニケーションスキル向上
- ピ: ビジネススキル向上
- 体: 体力向上
- 自: 自己啓発
- リ: リフレッシュ