2026

3月 ゆりあす予定表

北部地域生活支援センターゆりあす
利用時間　月～土　10時～20時
17時以降は電話及び予約相談のみ
（日曜・祝日はお休みです）
ＴＥＬ　044-281-6641
http://www.sky1995.com/

プログラムは14時からです。また、プログラムは予告なく変更することがありますので、予めご了承ください。

ごはんセット（月火木金）
11時30分までに申し込んで下さい。
今月の一品：明太子

ランチ（水土）
11時までに申し込んで下さい。料金は300円です。
買物・調理・配膳・片付けは皿で分担しましょう。

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
						01 閉所
02 ごはんセット スマイル体験談	03 ごはんセット スポーツ 15時スマイルミーティング	04 ランチ（肉） 合唱クラブ「ゆりあーず」	05 ごはんセット ピアミーティング	06 ごはんセット 全体ミーティング 16時　職員会議	07 ランチ（魚） アート （お試しワークショップ）	08 閉所
09 ごはんセット 当事者研究	10 ごはんセット スポーツ（ヨガ） 15時スマイルミーティング	11 ランチ（その他） 合唱クラブ「ゆりあーず」	12 ごはんセット 手芸＆創作 （羊毛フェルト）	13 ごはんセット 全体ミーティング 16時　職員会議	14 ランチ（肉） ゆりあす麻雀クラブ	15 閉所
16 ごはんセット 演劇で遊ぼう	17 ごはんセット スポーツ 15時スマイルミーティング	18 ランチ（魚） 合唱クラブ「ゆりあーず」	19 ごはんセット 手芸＆創作 （編み物）	20 春分の日 閉所	21 ランチ（その他） カラオケ	22 閉所
23 ごはんセット ＷＲＡＰ勉強会	24 ごはんセット スポーツ（ヨガ） 15時スマイルミーティング	25 ランチ（肉） 合唱クラブ「ゆりあーず」	26 ごはんセット グループ法律相談会	27 ごはんセット 全体ミーティング 16時　職員会議	28 ランチ（魚） 就労ミーティング	29 閉所
30 ごはんセット さくら・ひまわり見学ツアー	31 ごはんセット スポーツ 15時スマイルミーティング					

☆お知らせ☆
- スマイル体験談・・・『体験談バイキング』を行います。皆の話を少しずつ聞きます。現在、過去、未来に希望は持てるかな？
- アート・・・講師にsattieさんをお招きして、『世界に一つだけのあなたのたねを作ろう』をテーマに、小さな石にあなたの想いなどを絵の具で描いてみませんか？
- 演劇で遊ぼう・・・演劇ワークショップから派生して、みんなで考えながら心の内側にある想いを身体を使って表現してみませんか。
- 就労ミーティング・・・１年の振り返りと来年度の予定を立てます。
- さくら・ひまわり見学ツアー・・・さくらスタジオに行って、プログラムに参加します。その後ひまわりに行きます。奮ってご参加ください。