

# 11月ワークプログラム スケジュール

	月	火	水	木	金	土
					11月1日	11月2日
10:30~					ウォーキング	
11:20~						
13:10~					チラシ封入ワーク (封入)	
14:00~					チラシ封入ワーク (封入)	
	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
10:30~	ウォーキング	朝日山観音堂ハイキング	ウォーキング	ヨガ	ウォーキング	
11:20~		朝日山観音堂ハイキング		ヨガ		
13:10~	コミュニケーションワーク	朝日山観音堂ハイキング	動画視聴ワーク		自己理解ワーク	
14:00~	コミュニケーションワーク	作業ワーク		作業ワーク	チラシ封入ワーク (封入)	
	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16日
10:30~	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	お寺ワーク	ウォーキング	
11:20~						
13:10~	コミュニケーションワーク	作業ワーク	応募書類作成		チラシ封入ワーク (宛名貼り)	
14:00~	コミュニケーションワーク	事務作業ワーク		作業ワーク	チラシ封入ワーク (宛名貼り)	
	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日	11月22日	11月23日
10:30~	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	ヨガ	ウォーキング	
11:20~				ヨガ		
13:10~	コミュニケーションワーク	作業ワーク	パステルアート (13:30~)		チラシ封入ワーク (発送)	
14:00~	コミュニケーションワーク	事務作業ワーク	パステルアート	作業ワーク	チラシ封入ワーク (発送)	
	11月25日	11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
10:30~	ウォーキング	ウォーキング	ウォーキング	お寺ワーク	ウォーキング	
11:20~						
13:10~	コミュニケーションワーク	作業ワーク	応募書類作成		チラシ封入ワーク (予備)	
14:00~	コミュニケーションワーク	事務作業ワーク		作業ワーク	チラシ封入ワーク (予備)	

赤字・・・外部の講師の先生による特別講座

黒字・・・支援員が行います

・・・会場は、生涯学習センター、またはもんぜんぶら座の会議室です