

日	月	火	水	木	金	土
休館日	1	2	3	4	5	6 休館日
	7 休館日	8 コミュニケーション講座 怒りの沸点を学ぼう アンガーマネジメント応用講座 ～13:30～15:00～	9 PC講座(定員2名) 10:00～12:00 ～word・excel～ PC講座(定員2名) 13:00～15:00 ～word・excel～	10	11 農作業セミナー 体を動かし セロトニンを増やそう ～10:00～12:00～	
14 休館日	15	16 竹内先生個人カウンセリング ・13時～13時45分 ・14時～14時45分	17 ボランティア体験 マスクをつくろう ～13:00～15:00～	18	19 サポステ卒業生による 経験談講話 ～13:00～15:00～	20 休館日
	21 休館日	22 松井先生による講座 多様な就労のあり方について ～13:00～15:00～	23	24 PC講座(定員2名) 10:00～12:00 ～word・excel～ PC講座(定員2名) 13:00～15:00 ～word・excel～	25 スポーツセミナー 美観地区を散策しよう ～13:00～15:00～	26 侍留慶子先生による講座 アンガーマネジメント 怒りの上手な伝え方 ～13:30～15:00～
28 休館日	29 コミュニケーション講座 自分の第一印象を知ろう 自己理解&他者理解 ～13:30～15:00～	30	精神保健福祉士 松井先生 ★多様な就労のあり方について★ 現代社会の多様な就労の あり方について学ぼう	社会福祉士 竹内先生 ★個人カウンセリング★ 長年の学生の支援など 経験豊かな竹内先生に 心の声を聴いてもらおう	アンガーマネジメント ファシリテーター侍留先生 ★アンガーマネジメント★ 今月は応用編 アンガーマネジメントについてより 深く学び怒りの上手な伝え方を 習得しよう	※セミナーの会場は 事務所と同じ場所 で行います 場所等詳しくは スタッフまで!