

2024 年 1 月



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
	休診日	休診日	休診日	休診日	10:00-16:00 デイケア 10:30-13:30 ケアルラ	11:00-12:00 NOOK→中止
7	8	9	10	11	12	13
休診日	休診日	11:00-12:00 あなぐま 13:00-14:00 ごちゃまぜ	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 SMARPP 15:00-16:00 ギャンブル	休診日	10:00-16:00 デイケア 10:30-13:30 ケアルラ	11:00-12:00 NOOK→中止 13:00-14:00 わたがし→中止
14	15	16	17	18	19	20
休診日	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 18:00-19:00 ARP	11:00-12:00 あなぐま 13:00-14:00 ごちゃまぜ	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 SMARPP 15:00-16:00 ギャンブル	休診日	10:00-16:00 デイケア 10:30-13:30 ケアルラ	11:00-12:00 NOOK→中止
21	22	23	24	25	26	27
休診日	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 18:00-19:00 ARP	11:00-12:00 あなぐま 13:00-14:00 ごちゃまぜ	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 SMARPP 15:00-16:00 ギャンブル	休診日	10:00-16:00 デイケア 10:30-13:30 ケアルラ	13:00-14:00 NOOK 14:30-15:30 わたがし
28	29	30	31	1 	2	3 
休診日	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 ちょこまか 12:30-13:30 マインドフルネス 18:00-19:00 ARP	11:00-12:00 あなぐま 13:00-14:00 ごちゃまぜ	10:00-16:00 デイケア 11:00-12:00 SMARPP 15:00-16:00 ギャンブル			
4 	5	※ ARP=アルコールリハビリテーションプログラム ※ 「NOOK」=コミュニケーション（女性） ※ 「ケアルラ」=アルコールリハビリテーションプログラム ※ 「ごちゃまぜ」=薬物・ギャンブル・アルコール 依存症グループ ※ SMRPP=依存症テキスト		※ 「あなぐま」=コミュニケーション（男性） ※ 「わたがし」=コミュニケーション（女性） ※ 家族教室=アルコール依存症家族 ※ 「ちょこまか」=ADHD疾病教育		