

2026 年 1 月

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
	年末年始	年末年始	年末年始	年末年始	年末年始	
	メンタルSC休み	メンタルSC休み	メンタルSC休み	メンタルSC休み	メンタルSC休み	
4	5	6	7	8	9	10
	初詣 (八幡神社)	フリー	フリー	地域 ボランティア	プログラム ミーティング	
	13:00~15:00			13:30~	13:00~15:00	
11	12	13	14	15	16	17
	成人の日	フリー	調理 (広島風お好み 焼き&お汁粉)	地域 ボランティア ※予備日	書き初め	
	メンタルSC休み	1/14 14時 避難訓練	300円 10:30~		13:00~15:00	
18	19	20	21	22	23	24
	散歩 (江戸川の 土手)	フリー	フリー	卓球台開放日	もの作り (割りばし鉄 砲&カルメ焼 き作り)	
	13:00~15:00				13:00~15:00	
25	26	27	28	29	30	31
	英語で あそぼう	🍷おむすび会	フリー	健康診断	外出 (はみだし たいやき)	
		200円			実費	
	13:00~15:00	12:00~		10:00~	13:00~15:00	

※プログラムは変更になることもあります

※外出プログラムの最低催行人数は3人です

＜お知らせ＞

- プログラムへの参加費は原則無料ですが、外出プログラムは実費や交通費がかかることがあります。プログラムは予告なく中止、変更となる場合があります。
- 南八幡メンタルサポートセンターでは、利用者やご家族からの施設利用者への電話の取次ぎはしていません。また「〇〇さんいますか？」等の問い合わせにもお答えすることはできませんので、あらかじめご了承ください。
- ピアカウンセリング(個別面談)は予約制です。市川市障がい者支援課相談支援班ピアカウンセリング担当までお問い合わせください。問い合わせ先:047-334-1111