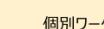
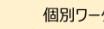
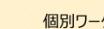


# シフト表 ヴィストカレッジ金沢駅前 【2025年12月】

提出期限：11月8日(土)

- お申込みは**10/25-11/8**の間にCHUGでお願いいたします。
- 予定していたワーク内容が変更となる可能性がございます。
- 保護者の方への支援共有の時間も支援提供時間に含ませていただきます。
- 12/30～1/4は年末年始休暇とさせて頂きます。年始は1/5より営業となります

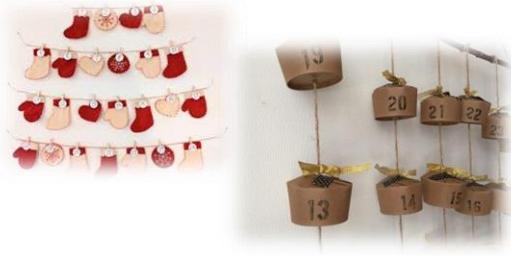
日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																																							
	<b>1日</b> <b>中高生</b> 特別就労準備コース <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制	<b>2日</b>  個別ワーク <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制	<b>3日</b> <b>中高生</b> 社会スキル+ヴィストカフェ～アセーション～ <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ	<b>4日</b> <b>中高生</b> ものづくりクラブ アドベントカレンダーブレイブ <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>自分も相手も傷つけない怒の取り扱いを知ろう</td> </tr> <tr> <td></td><td>17:00</td><td>クリスマスまでのカウントダウン！簡単なものから少し手の込んだものまで、自分に合った方法で作ろう！</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	自分も相手も傷つけない怒の取り扱いを知ろう		17:00	クリスマスまでのカウントダウン！簡単なものから少し手の込んだものまで、自分に合った方法で作ろう！	<b>5日</b> <b>全 年生</b> VSTクリッキングタジオ マカロン <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>マカロニミックス粉を使ってお手軽マカロンにチャレンジ！レシピをしっかり読んで慎重に作ろう！※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	マカロニミックス粉を使ってお手軽マカロンにチャレンジ！レシピをしっかり読んで慎重に作ろう！※実費300円	<b>6日</b> <b>中高生</b> マイクラ3時間イベント 動物園づくり続編 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-</td><td>13:00</td><td>サバイバルで動物園の続編。動物を集め、動物園を建築する人得意を生む取り組もう！</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	サバイバルで動物園の続編。動物を集め、動物園を建築する人得意を生む取り組もう！
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	将来の就労に向けて、自分を知ろう。自分の働きやすい環境を探ろう！ ※原則固定制																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	自分も相手も傷つけない怒の取り扱いを知ろう																																											
	17:00	クリスマスまでのカウントダウン！簡単なものから少し手の込んだものまで、自分に合った方法で作ろう！																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	マカロニミックス粉を使ってお手軽マカロンにチャレンジ！レシピをしっかり読んで慎重に作ろう！※実費300円																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	サバイバルで動物園の続編。動物を集め、動物園を建築する人得意を生む取り組もう！																																											
<b>7日</b> <b>全 年生</b> 水と油の幻想オイルモーション	<b>8日</b> <b>中高生</b> 特別就労準備コース <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-</td><td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>水と油の実験をしながらおしゃれなオイルモーションが作れちゃう！ゆっくりと動くオイルモーションを作って盛りよう！ ※原則固定制</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	水と油の実験をしながらおしゃれなオイルモーションが作れちゃう！ゆっくりと動くオイルモーションを作って盛りよう！ ※原則固定制	<b>9日</b>  個別ワーク <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ	<b>10日</b> <b>中高生</b> 社会スキル+ヴィストカフェ～ビジネススキル～ <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>PowerPointでスライド資料を作成しよう</td> </tr> <tr> <td></td><td>17:00</td><td>手作りホットドリンクでまったりしよう</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	PowerPointでスライド資料を作成しよう		17:00	手作りホットドリンクでまったりしよう	<b>11日</b> <b>中高生</b> 情報処理検定本番 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>18:00</td><td>情報処理検定に挑戦！（ワープロ検定・表計算など）※検定料実費</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	18:00	情報処理検定に挑戦！（ワープロ検定・表計算など）※検定料実費	<b>12日</b> <b>全 年生</b> VSTクリッキングスタジオ あったかお鍋 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>ほっこりあったかお鍋をつくろう！道具や味はみんなで相談＆買い出し！※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	ほっこりあったかお鍋をつくろう！道具や味はみんなで相談＆買い出し！※実費300円	<b>13日</b> <b>中高生</b> おでかけクラブ ツヤヤシアラウンジに行こう <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-</td><td>13:00</td><td>漫画やボードゲームが時間いっぱい楽しめるお菓子も食べられる夢の場所★バスでできます！※交通費+利用料実費※詳細は後日ご連絡</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	漫画やボードゲームが時間いっぱい楽しめるお菓子も食べられる夢の場所★バスでできます！※交通費+利用料実費※詳細は後日ご連絡
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	水と油の実験をしながらおしゃれなオイルモーションが作れちゃう！ゆっくりと動くオイルモーションを作って盛りよう！ ※原則固定制																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	PowerPointでスライド資料を作成しよう																																											
	17:00	手作りホットドリンクでまったりしよう																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	18:00	情報処理検定に挑戦！（ワープロ検定・表計算など）※検定料実費																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	ほっこりあったかお鍋をつくろう！道具や味はみんなで相談＆買い出し！※実費300円																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	漫画やボードゲームが時間いっぱい楽しめるお菓子も食べられる夢の場所★バスでできます！※交通費+利用料実費※詳細は後日ご連絡																																											
<b>14日</b> <b>中高生</b> うるるかむヴィスト	<b>15日</b> <b>中高生</b> 特別就労準備コース <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-</td><td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>卒業生と在校生で楽しく過ごす！ゲームをしたおしゃれりをしよう！ ※原則固定制</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	卒業生と在校生で楽しく過ごす！ゲームをしたおしゃれりをしよう！ ※原則固定制	<b>16日</b>  個別ワーク <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ	<b>17日</b> <b>中高生</b> 生活スキル+ヴィストカフェ～睡眠～ <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>睡眠の重要性と自分の睡眠を振り返ろう</td> </tr> <tr> <td></td><td>17:00</td><td>落ち着くアロマサシェを作ろう！</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	睡眠の重要性と自分の睡眠を振り返ろう		17:00	落ち着くアロマサシェを作ろう！	<b>18日</b> <b>中高生</b> ものづくりクラブ おしゃれラフワーベース <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>石粉粘土でお花の1輪押しを作ります！飾るだけではなくお部屋がぐるぐるになること間違いなし！</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	石粉粘土でお花の1輪押しを作ります！飾るだけではなくお部屋がぐるぐるになること間違いなし！	<b>19日</b> <b>全 年生</b> VSTクリッキングスタジオ ミニピッシュドノエル <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>クリスマスケーキの定番ブッシュドノエルを作ってみよう！一足早くクリスマス気分！※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	クリスマスケーキの定番ブッシュドノエルを作ってみよう！一足早くクリスマス気分！※実費300円	<b>20日</b> <b>全 年生</b> タピオカパーティー <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-</td><td>13:00</td><td>タピオカ粉でかららせる！タピオカスイーツ放題！出来立てもちもち！ティータイムのお菓子とタピオカが合わせるリゾンで買に行こう！※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	タピオカ粉でかららせる！タピオカスイーツ放題！出来立てもちもち！ティータイムのお菓子とタピオカが合わせるリゾンで買に行こう！※実費300円
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	卒業生と在校生で楽しく過ごす！ゲームをしたおしゃれりをしよう！ ※原則固定制																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	睡眠の重要性と自分の睡眠を振り返ろう																																											
	17:00	落ち着くアロマサシェを作ろう！																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	石粉粘土でお花の1輪押しを作ります！飾るだけではなくお部屋がぐるぐるになること間違いなし！																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:45 17:00-	17:00	クリスマスケーキの定番ブッシュドノエルを作ってみよう！一足早くクリスマス気分！※実費300円																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 16:10 14:00-	13:00	タピオカ粉でかららせる！タピオカスイーツ放題！出来立てもちもち！ティータイムのお菓子とタピオカが合わせるリゾンで買に行こう！※実費300円																																											
<b>21日</b> <b>全 年生</b> クリスマスパーティー Day1	<b>22日</b> <b>中高生</b> 特別就労準備コース <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-</td><td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>前半はブチクリスマスマーケットをします。後半はスヌードームビックフェアを作ろう！サンタがくるかも？※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	前半はブチクリスマスマーケットをします。後半はスヌードームビックフェアを作ろう！サンタがくるかも？※実費300円	<b>23日</b>  個別ワーク <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ	<b>24日</b> <b>中高生</b> クリスマスパーティー Day2 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-</td><td>17:00</td><td>今年はクリスマスイブ当日にもパーティーします！クリスマスイブは簡単なクリスマスケーキを作って楽しもう！※実費300円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	今年はクリスマスイブ当日にもパーティーします！クリスマスイブは簡単なクリスマスケーキを作って楽しもう！※実費300円	<b>25日</b> <b>中高生</b> ヴィストによるごはん♪★ ピックボイ <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:35 17:00-</td><td>17:00</td><td>バスにのってピックボイに行こう！ハンバーグやステーキ好きなものを作りよう！※交通費+飲食代実費</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:35 17:00-	17:00	バスにのってピックボイに行こう！ハンバーグやステーキ好きなものを作りよう！※交通費+飲食代実費	<b>26日</b> <b>中高生</b> 仕事体験 中日新聞社 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>11:00- 16:00- 13:00- 17:00 14:00- 18:00 15:00-</td><td>13:00</td><td>新聞社でのお仕事体験に挑戦！※詳細は別紙※ヴィスト集合・解散14:00- 15:00- 16:10- 17:00- 14:45- 15:00- 14:00-</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	11:00- 16:00- 13:00- 17:00 14:00- 18:00 15:00-	13:00	新聞社でのお仕事体験に挑戦！※詳細は別紙※ヴィスト集合・解散14:00- 15:00- 16:10- 17:00- 14:45- 15:00- 14:00-	<b>27日</b> <b>全 年生</b> ココロデザイン竹内さんと自分だけの箱庭をつくる <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:45 14:00-</td><td>13:00</td><td>竹内さんと一緒に箱庭を作ろう！※詳細はチラシに記載※実費1000円</td> </tr> </table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:45 14:00-	13:00	竹内さんと一緒に箱庭を作ろう！※詳細はチラシに記載※実費1000円			
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	前半はブチクリスマスマーケットをします。後半はスヌードームビックフェアを作ろう！サンタがくるかも？※実費300円																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	個々のニーズに合わせ運動・生活・社会スキルのワークを実施 ※1日1コマ																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 17:45 17:00-	17:00	今年はクリスマスイブ当日にもパーティーします！クリスマスイブは簡単なクリスマスケーキを作って楽しもう！※実費300円																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
14:00- 18:00- 15:00- - 16:00- 18:35 17:00-	17:00	バスにのってピックボイに行こう！ハンバーグやステーキ好きなものを作りよう！※交通費+飲食代実費																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
11:00- 16:00- 13:00- 17:00 14:00- 18:00 15:00-	13:00	新聞社でのお仕事体験に挑戦！※詳細は別紙※ヴィスト集合・解散14:00- 15:00- 16:10- 17:00- 14:45- 15:00- 14:00-																																											
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:45 14:00-	13:00	竹内さんと一緒に箱庭を作ろう！※詳細はチラシに記載※実費1000円																																											
<b>28日</b> <b>全 年生</b> マイクラ3時間イベント ディズニーランド・シー建築 <table border="1"> <tr> <td>個別ワーク</td><td>時間</td><td>内容</td> </tr> <tr> <td>10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00- 17:00-</td><td>10:00- 11:00- 11:00- 12:00- 12:00- 13:00- 13:00- 14:00- 14:00- 15:00- 15:00- 16:00- 16:00- 17:00- 17:00- 18:00- 18:00- 19:00- 19:00- 20:00- 20:00- 21:00- 21:00- 22:00- 22:00- 23:00- 23:00- 24:00- 24:00- 25:00- 25:00- 26:00- 26:00- 27:00- 27:00- 28:00- 28:00- 29:00- 29:00- 30:00- 30:00- 31:00- 31:00- 32:00- 32:00- 33:00- 33:00- 34:00- 34:00- 35:00- 35:00- 36:00- 36:00- 37:00- 37:00- 38:00- 38:00- 39:00- 39:00- 40:00- 40:00- 41:00- 41:00- 42:00- 42:00- 43:00- 43:00- 44:00- 44:00- 45:00- 45:00- 46:00- 46:00- 47:00- 47:00- 48:00- 48:00- 49:00- 49:00- 50:00- 50:00- 51:00- 51:00- 52:00- 52:00- 53:00- 53:00- 54:00- 54:00- 55:00- 55:00- 56:00- 56:00- 57:00- 57:00- 58:00- 58:00- 59:00- 59:00- 60:00- 60:00- 61:00- 61:00- 62:00- 62:00- 63:00- 63:00- 64:00- 64:00- 65:00- 65:00- 66:00- 66:00- 67:00- 67:00- 68:00- 68:00- 69:00- 69:00- 70:00- 70:00- 71:00- 71:00- 72:00- 72:00- 73:00- 73:00- 74:00- 74:00- 75:00- 75:00- 76:00- 76:00- 77:00- 77:00- 78:00- 78:00- 79:00- 79:00- 80:00- 80:00- 81:00- 81:00- 82:00- 82:00- 83:00- 83:00- 84:00- 84:00- 85:00- 85:00- 86:00- 86:00- 87:00- 87:00- 88:00- 88:00- 89:00- 89:00- 90:00- 90:00- 91:00- 91:00- 92:00- 92:00- 93:00- 93:00- 94:00- 94:00- 95:00- 95:00- 96:00- 96:00- 97:00- 97:00- 98:00- 98:00- 99:00- 99:00- 100:00- 100:00- 101:00- 101:00- 102:00- 102:00- 103:00- 103:00- 104:00- 104:00- 105:00- 105:00- 106:00- 106:00- 107:00- 107:00- 108:00- 108:00- 109:00- 109:00- 110:00- 110:00- 111:00- 111:00- 112:00- 112:00- 113:00- 113:00- 114:00- 114:00- 115:00- 115:00- 116:00- 116:00- 117:00- 117:00- 118:00- 118:00- 119:00- 119:00- 120:00- 120:00- 121:00- 121:00- 122:00- 122:00- 123:00- 123:00- 124:00- 124:00- 125:00- 125:00- 126:00- 126:00- 127:00- 127:00- 128:00- 128:00- 129:00- 129:00- 130:00- 130:00- 131:00- 131:00- 132:00- 132:00- 133:00- 133:00- 134:00- 134:00- 135:00- 135:00- 136:00- 136:00- 137:00- 137:00- 138:00- 138:00- 139:00- 139:00- 140:00- 140:00- 141:00- 141:00- 142:00- 142:00- 143:00- 143:00- 144:00- 144:00- 145:00- 145:00- 146:00- 146:00- 147:00- 147:00- 148:00- 148:00- 149:00- 149:00- 150:00- 150:00- 151:00- 151:00- 152:00- 152:00- 153:00- 153:00- 154:00- 154:00- 155:00- 155:00- 156:00- 156:00- 157:00- 157:00- 158:00- 158:00- 159:00- 159:00- 160:00- 160:00- 161:00- 161:00- 162:00- 162:00- 163:00- 163:00- 164:00- 164:00- 165:00- 165:00- 166:00- 166:00- 167:00- 167:00- 168:00- 168:00- 169:00- 169:00- 170:00- 170:00- 171:00- 171:00- 172:00- 172:00- 173:00- 173:00- 174:00- 174:00- 175:00- 175:00- 176:00- 176:00- 177:00- 177:00- 178:00- 178:00- 179:00- 179:00- 180:00- 180:00- 181:00- 181:00- 182:00- 182:00- 183:00- 183:00- 184:00- 184:00- 185:00- 185:00- 186:00- 186:00- 187:00- 187:00- 188:00- 188:00- 189:00- 189:00- 190:00- 190:00- 191:00- 191:00- 192:00- 192:00- 193:00- 193:00- 194:00- 194:00- 195:00- 195:00- 196:00- 196:00- 197:00- 197:00- 198:00- 198:00- 199:00- 199:00- 200:00- 200:00- 201:00- 201:00- 202:00- 202:00- 203:00- 203:00- 204:00- 204:00- 205:00- 205:00- 206:00- 206:00- 207:00- 207:00- 208:00- 208:00- 209:00- 209:00- 210:00- 210:00- 211:00- 211:00- 212:00- 212:00- 213:00- 213:00- 214:00- 214:00- 215:00- 215:00- 216:00- 216:00- 217:00- 217:00- 218:00- 218:00- 219:00- 219:00- 220:00- 220:00- 221:00- 221:00- 222:00- 222:00- 223:00- 223:00- 224:00- 224:00- 225:00- 225:00- 226:00- 226:00- 227:00- 227:00- 228:00- 228:00- 229:00- 229:00- 230:00- 230:00- 231:00- 231:00- 232:00- 232:00- 233:00- 233:00- 234:00- 234:00- 235:00- 235:00- 236:00- 236:00- 237:00- 237:00- 238:00- 238:00- 239:00- 239:00- 240:00- 240:00- 241:00- 241:00- 242:00- 242:00- 243:00- 243:00- 244:00- 244:00- 245:00- 245:00- 246:00- 246:00- 247:00- 247:00- 248:00- 248:00- 249:00- 249:00- 250:00- 250:00- 251:00- 251:00- 252:00- 252:00- 253:00- 253:00- 254:00- 254:00- 255:00- 255:00- 256:00- 256:00- 257:00- 257:00- 258:00- 258:00- 259:00- 259:00- 260:00- 260:00- 261:00- 261:00- 262:00- 262:00- 263:00- 263:00- 264:00- 264:00- 265:00- 265:00- 266:00- 266:00- 267:00- 267:00- 268:00- 268:00- 269:00- 269:00- 270:00- 270:00- 271:00- 271:00- 272:00- 272:00- 273:00- 273:00- 274:00- 274:00- 275:00- 275:00- 276:00- 276:00- 277:00- 277:00- 278:00- 278:00- 279:00- 279:00- 280:00- 280:00- 281:00- 281:00- 282:00- 282:00- 283:00- 283:00- 284:00- 284:00- 285:00- 285:00- 286:00- 286:00- 287:00- 287:00- 288:00- 288:00- 289:00- 289:00- 290:00- 290:00- 291:00- 291:00- 292:00- 292:00- 293:00- 293:00- 294:00- 294:00- 295:00- 295:00- 296:00- 296:00- 297:00- 297:00- 298:00- 298:00- 299:00- 299:00- 300:00- 300:00- 301:00- 301:00- 302:00- 302:00- 303:00- 303:00- 304:00- 304:00- 305:00- 305:00- 306:00- 306:00- 307:00- 307:00- 308:00- 308:00- 309:00- 309:00- 310:00- 310:00- 311:00- 311:00- 312:00- 312:00- 313:00- 313:00- 314:00- 314:00- 315:00- 315:00- 316:00- 316:00- 317:00- 317:00- 318:00- 318:00- 319:00- 319:00- 320:00- 320:00- 321:00- 321:00- 322:00- 322:00- 323:00- 323:00- 324:00- 324:00- 325:00- 325:00- 326:00- 326:00- 327:00- 327:00- 328:00- 328:00- 329:00- 329:00- 330:00- 330:00- 331:00- 331:00- 332:00- 332:00- 333:00- 333:00- 334:00- 334:00- 335:00- 335:00- 336:00- 336:00- 337:00- 337:00- 338:00- 338:00- 339:00- 339:00- 340:00- 340:00- 341:00- 341:00- 342:00- 342:00- 343:00- 343:00- 344:00- 344:00- 345:00- 345:00- 346:00- 346:00- 347:00- 347:00- 348:00- 348:00- 349:00- 349:00- 350:00- 350:00- 351:00- 351:00- 352:00- 352:00- 353:00- 353:00- 354:00- 354:00- 355:00- 355:00- 356:00- 356:00- 357:00- 357:00- 358:00- 358:00- 359:00- 359:00- 360:00- 360:00- 361:00- 361:00- 362:00- 362:00- 363:00- 363:00- 364:00- 364:00- 365:00- 365:00- 366:00- 366:00- 367:00- 367:00- 368:00- 368:00- 369:00- 369:00- 370:00- 370:00- 371:00- 371:00- 372:00- 372:00- 373:00- 373:00- 374:00- 374:00- 375:00- 375:00- 376:00- 376:00- 377:00- 377:00- 378:00- 378:00- 379:00- 379:00- 380:00- 380:00- 381:00- 381:00- 382:00- 382:00- 383:00- 383:00- 384:00- 384:00- 385:00-&lt;</td></tr></table>	個別ワーク	時間	内容	10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00- 17:00-	10:00- 11:00- 11:00- 12:00- 12:00- 13:00- 13:00- 14:00- 14:00- 15:00- 15:00- 16:00- 16:00- 17:00- 17:00- 18:00- 18:00- 19:00- 19:00- 20:00- 20:00- 21:00- 21:00- 22:00- 22:00- 23:00- 23:00- 24:00- 24:00- 25:00- 25:00- 26:00- 26:00- 27:00- 27:00- 28:00- 28:00- 29:00- 29:00- 30:00- 30:00- 31:00- 31:00- 32:00- 32:00- 33:00- 33:00- 34:00- 34:00- 35:00- 35:00- 36:00- 36:00- 37:00- 37:00- 38:00- 38:00- 39:00- 39:00- 40:00- 40:00- 41:00- 41:00- 42:00- 42:00- 43:00- 43:00- 44:00- 44:00- 45:00- 45:00- 46:00- 46:00- 47:00- 47:00- 48:00- 48:00- 49:00- 49:00- 50:00- 50:00- 51:00- 51:00- 52:00- 52:00- 53:00- 53:00- 54:00- 54:00- 55:00- 55:00- 56:00- 56:00- 57:00- 57:00- 58:00- 58:00- 59:00- 59:00- 60:00- 60:00- 61:00- 61:00- 62:00- 62:00- 63:00- 63:00- 64:00- 64:00- 65:00- 65:00- 66:00- 66:00- 67:00- 67:00- 68:00- 68:00- 69:00- 69:00- 70:00- 70:00- 71:00- 71:00- 72:00- 72:00- 73:00- 73:00- 74:00- 74:00- 75:00- 75:00- 76:00- 76:00- 77:00- 77:00- 78:00- 78:00- 79:00- 79:00- 80:00- 80:00- 81:00- 81:00- 82:00- 82:00- 83:00- 83:00- 84:00- 84:00- 85:00- 85:00- 86:00- 86:00- 87:00- 87:00- 88:00- 88:00- 89:00- 89:00- 90:00- 90:00- 91:00- 91:00- 92:00- 92:00- 93:00- 93:00- 94:00- 94:00- 95:00- 95:00- 96:00- 96:00- 97:00- 97:00- 98:00- 98:00- 99:00- 99:00- 100:00- 100:00- 101:00- 101:00- 102:00- 102:00- 103:00- 103:00- 104:00- 104:00- 105:00- 105:00- 106:00- 106:00- 107:00- 107:00- 108:00- 108:00- 109:00- 109:00- 110:00- 110:00- 111:00- 111:00- 112:00- 112:00- 113:00- 113:00- 114:00- 114:00- 115:00- 115:00- 116:00- 116:00- 117:00- 117:00- 118:00- 118:00- 119:00- 119:00- 120:00- 120:00- 121:00- 121:00- 122:00- 122:00- 123:00- 123:00- 124:00- 124:00- 125:00- 125:00- 126:00- 126:00- 127:00- 127:00- 128:00- 128:00- 129:00- 129:00- 130:00- 130:00- 131:00- 131:00- 132:00- 132:00- 133:00- 133:00- 134:00- 134:00- 135:00- 135:00- 136:00- 136:00- 137:00- 137:00- 138:00- 138:00- 139:00- 139:00- 140:00- 140:00- 141:00- 141:00- 142:00- 142:00- 143:00- 143:00- 144:00- 144:00- 145:00- 145:00- 146:00- 146:00- 147:00- 147:00- 148:00- 148:00- 149:00- 149:00- 150:00- 150:00- 151:00- 151:00- 152:00- 152:00- 153:00- 153:00- 154:00- 154:00- 155:00- 155:00- 156:00- 156:00- 157:00- 157:00- 158:00- 158:00- 159:00- 159:00- 160:00- 160:00- 161:00- 161:00- 162:00- 162:00- 163:00- 163:00- 164:00- 164:00- 165:00- 165:00- 166:00- 166:00- 167:00- 167:00- 168:00- 168:00- 169:00- 169:00- 170:00- 170:00- 171:00- 171:00- 172:00- 172:00- 173:00- 173:00- 174:00- 174:00- 175:00- 175:00- 176:00- 176:00- 177:00- 177:00- 178:00- 178:00- 179:00- 179:00- 180:00- 180:00- 181:00- 181:00- 182:00- 182:00- 183:00- 183:00- 184:00- 184:00- 185:00- 185:00- 186:00- 186:00- 187:00- 187:00- 188:00- 188:00- 189:00- 189:00- 190:00- 190:00- 191:00- 191:00- 192:00- 192:00- 193:00- 193:00- 194:00- 194:00- 195:00- 195:00- 196:00- 196:00- 197:00- 197:00- 198:00- 198:00- 199:00- 199:00- 200:00- 200:00- 201:00- 201:00- 202:00- 202:00- 203:00- 203:00- 204:00- 204:00- 205:00- 205:00- 206:00- 206:00- 207:00- 207:00- 208:00- 208:00- 209:00- 209:00- 210:00- 210:00- 211:00- 211:00- 212:00- 212:00- 213:00- 213:00- 214:00- 214:00- 215:00- 215:00- 216:00- 216:00- 217:00- 217:00- 218:00- 218:00- 219:00- 219:00- 220:00- 220:00- 221:00- 221:00- 222:00- 222:00- 223:00- 223:00- 224:00- 224:00- 225:00- 225:00- 226:00- 226:00- 227:00- 227:00- 228:00- 228:00- 229:00- 229:00- 230:00- 230:00- 231:00- 231:00- 232:00- 232:00- 233:00- 233:00- 234:00- 234:00- 235:00- 235:00- 236:00- 236:00- 237:00- 237:00- 238:00- 238:00- 239:00- 239:00- 240:00- 240:00- 241:00- 241:00- 242:00- 242:00- 243:00- 243:00- 244:00- 244:00- 245:00- 245:00- 246:00- 246:00- 247:00- 247:00- 248:00- 248:00- 249:00- 249:00- 250:00- 250:00- 251:00- 251:00- 252:00- 252:00- 253:00- 253:00- 254:00- 254:00- 255:00- 255:00- 256:00- 256:00- 257:00- 257:00- 258:00- 258:00- 259:00- 259:00- 260:00- 260:00- 261:00- 261:00- 262:00- 262:00- 263:00- 263:00- 264:00- 264:00- 265:00- 265:00- 266:00- 266:00- 267:00- 267:00- 268:00- 268:00- 269:00- 269:00- 270:00- 270:00- 271:00- 271:00- 272:00- 272:00- 273:00- 273:00- 274:00- 274:00- 275:00- 275:00- 276:00- 276:00- 277:00- 277:00- 278:00- 278:00- 279:00- 279:00- 280:00- 280:00- 281:00- 281:00- 282:00- 282:00- 283:00- 283:00- 284:00- 284:00- 285:00- 285:00- 286:00- 286:00- 287:00- 287:00- 288:00- 288:00- 289:00- 289:00- 290:00- 290:00- 291:00- 291:00- 292:00- 292:00- 293:00- 293:00- 294:00- 294:00- 295:00- 295:00- 296:00- 296:00- 297:00- 297:00- 298:00- 298:00- 299:00- 299:00- 300:00- 300:00- 301:00- 301:00- 302:00- 302:00- 303:00- 303:00- 304:00- 304:00- 305:00- 305:00- 306:00- 306:00- 307:00- 307:00- 308:00- 308:00- 309:00- 309:00- 310:00- 310:00- 311:00- 311:00- 312:00- 312:00- 313:00- 313:00- 314:00- 314:00- 315:00- 315:00- 316:00- 316:00- 317:00- 317:00- 318:00- 318:00- 319:00- 319:00- 320:00- 320:00- 321:00- 321:00- 322:00- 322:00- 323:00- 323:00- 324:00- 324:00- 325:00- 325:00- 326:00- 326:00- 327:00- 327:00- 328:00- 328:00- 329:00- 329:00- 330:00- 330:00- 331:00- 331:00- 332:00- 332:00- 333:00- 333:00- 334:00- 334:00- 335:00- 335:00- 336:00- 336:00- 337:00- 337:00- 338:00- 338:00- 339:00- 339:00- 340:00- 340:00- 341:00- 341:00- 342:00- 342:00- 343:00- 343:00- 344:00- 344:00- 345:00- 345:00- 346:00- 346:00- 347:00- 347:00- 348:00- 348:00- 349:00- 349:00- 350:00- 350:00- 351:00- 351:00- 352:00- 352:00- 353:00- 353:00- 354:00- 354:00- 355:00- 355:00- 356:00- 356:00- 357:00- 357:00- 358:00- 358:00- 359:00- 359:00- 360:00- 360:00- 361:00- 361:00- 362:00- 362:00- 363:00- 363:00- 364:00- 364:00- 365:00- 365:00- 366:00- 366:00- 367:00- 367:00- 368:00- 368:00- 369:00- 369:00- 370:00- 370:00- 371:00- 371:00- 372:00- 372:00- 373:00- 373:00- 374:00- 374:00- 375:00- 375:00- 376:00- 376:00- 377:00- 377:00- 378:00- 378:00- 379:00- 379:00- 380:00- 380:00- 381:00- 381:00- 382:00- 382:00- 383:00- 383:00- 384:00- 384:00- 385:00-<																																								
個別ワーク	時間	内容																																											
10:00- 15:00- 11:00- - 13:00- 14:00- 14:00- 15:35 15:00- - 16:00- 17:00- 17:00-	10:00- 11:00- 11:00- 12:00- 12:00- 13:00- 13:00- 14:00- 14:00- 15:00- 15:00- 16:00- 16:00- 17:00- 17:00- 18:00- 18:00- 19:00- 19:00- 20:00- 20:00- 21:00- 21:00- 22:00- 22:00- 23:00- 23:00- 24:00- 24:00- 25:00- 25:00- 26:00- 26:00- 27:00- 27:00- 28:00- 28:00- 29:00- 29:00- 30:00- 30:00- 31:00- 31:00- 32:00- 32:00- 33:00- 33:00- 34:00- 34:00- 35:00- 35:00- 36:00- 36:00- 37:00- 37:00- 38:00- 38:00- 39:00- 39:00- 40:00- 40:00- 41:00- 41:00- 42:00- 42:00- 43:00- 43:00- 44:00- 44:00- 45:00- 45:00- 46:00- 46:00- 47:00- 47:00- 48:00- 48:00- 49:00- 49:00- 50:00- 50:00- 51:00- 51:00- 52:00- 52:00- 53:00- 53:00- 54:00- 54:00- 55:00- 55:00- 56:00- 56:00- 57:00- 57:00- 58:00- 58:00- 59:00- 59:00- 60:00- 60:00- 61:00- 61:00- 62:00- 62:00- 63:00- 63:00- 64:00- 64:00- 65:00- 65:00- 66:00- 66:00- 67:00- 67:00- 68:00- 68:00- 69:00- 69:00- 70:00- 70:00- 71:00- 71:00- 72:00- 72:00- 73:00- 73:00- 74:00- 74:00- 75:00- 75:00- 76:00- 76:00- 77:00- 77:00- 78:00- 78:00- 79:00- 79:00- 80:00- 80:00- 81:00- 81:00- 82:00- 82:00- 83:00- 83:00- 84:00- 84:00- 85:00- 85:00- 86:00- 86:00- 87:00- 87:00- 88:00- 88:00- 89:00- 89:00- 90:00- 90:00- 91:00- 91:00- 92:00- 92:00- 93:00- 93:00- 94:00- 94:00- 95:00- 95:00- 96:00- 96:00- 97:00- 97:00- 98:00- 98:00- 99:00- 99:00- 100:00- 100:00- 101:00- 101:00- 102:00- 102:00- 103:00- 103:00- 104:00- 104:00- 105:00- 105:00- 106:00- 106:00- 107:00- 107:00- 108:00- 108:00- 109:00- 109:00- 110:00- 110:00- 111:00- 111:00- 112:00- 112:00- 113:00- 113:00- 114:00- 114:00- 115:00- 115:00- 116:00- 116:00- 117:00- 117:00- 118:00- 118:00- 119:00- 119:00- 120:00- 120:00- 121:00- 121:00- 122:00- 122:00- 123:00- 123:00- 124:00- 124:00- 125:00- 125:00- 126:00- 126:00- 127:00- 127:00- 128:00- 128:00- 129:00- 129:00- 130:00- 130:00- 131:00- 131:00- 132:00- 132:00- 133:00- 133:00- 134:00- 134:00- 135:00- 135:00- 136:00- 136:00- 137:00- 137:00- 138:00- 138:00- 139:00- 139:00- 140:00- 140:00- 141:00- 141:00- 142:00- 142:00- 143:00- 143:00- 144:00- 144:00- 145:00- 145:00- 146:00- 146:00- 147:00- 147:00- 148:00- 148:00- 149:00- 149:00- 150:00- 150:00- 151:00- 151:00- 152:00- 152:00- 153:00- 153:00- 154:00- 154:00- 155:00- 155:00- 156:00- 156:00- 157:00- 157:00- 158:00- 158:00- 159:00- 159:00- 160:00- 160:00- 161:00- 161:00- 162:00- 162:00- 163:00- 163:00- 164:00- 164:00- 165:00- 165:00- 166:00- 166:00- 167:00- 167:00- 168:00- 168:00- 169:00- 169:00- 170:00- 170:00- 171:00- 171:00- 172:00- 172:00- 173:00- 173:00- 174:00- 174:00- 175:00- 175:00- 176:00- 176:00- 177:00- 177:00- 178:00- 178:00- 179:00- 179:00- 180:00- 180:00- 181:00- 181:00- 182:00- 182:00- 183:00- 183:00- 184:00- 184:00- 185:00- 185:00- 186:00- 186:00- 187:00- 187:00- 188:00- 188:00- 189:00- 189:00- 190:00- 190:00- 191:00- 191:00- 192:00- 192:00- 193:00- 193:00- 194:00- 194:00- 195:00- 195:00- 196:00- 196:00- 197:00- 197:00- 198:00- 198:00- 199:00- 199:00- 200:00- 200:00- 201:00- 201:00- 202:00- 202:00- 203:00- 203:00- 204:00- 204:00- 205:00- 205:00- 206:00- 206:00- 207:00- 207:00- 208:00- 208:00- 209:00- 209:00- 210:00- 210:00- 211:00- 211:00- 212:00- 212:00- 213:00- 213:00- 214:00- 214:00- 215:00- 215:00- 216:00- 216:00- 217:00- 217:00- 218:00- 218:00- 219:00- 219:00- 220:00- 220:00- 221:00- 221:00- 222:00- 222:00- 223:00- 223:00- 224:00- 224:00- 225:00- 225:00- 226:00- 226:00- 227:00- 227:00- 228:00- 228:00- 229:00- 229:00- 230:00- 230:00- 231:00- 231:00- 232:00- 232:00- 233:00- 233:00- 234:00- 234:00- 235:00- 235:00- 236:00- 236:00- 237:00- 237:00- 238:00- 238:00- 239:00- 239:00- 240:00- 240:00- 241:00- 241:00- 242:00- 242:00- 243:00- 243:00- 244:00- 244:00- 245:00- 245:00- 246:00- 246:00- 247:00- 247:00- 248:00- 248:00- 249:00- 249:00- 250:00- 250:00- 251:00- 251:00- 252:00- 252:00- 253:00- 253:00- 254:00- 254:00- 255:00- 255:00- 256:00- 256:00- 257:00- 257:00- 258:00- 258:00- 259:00- 259:00- 260:00- 260:00- 261:00- 261:00- 262:00- 262:00- 263:00- 263:00- 264:00- 264:00- 265:00- 265:00- 266:00- 266:00- 267:00- 267:00- 268:00- 268:00- 269:00- 269:00- 270:00- 270:00- 271:00- 271:00- 272:00- 272:00- 273:00- 273:00- 274:00- 274:00- 275:00- 275:00- 276:00- 276:00- 277:00- 277:00- 278:00- 278:00- 279:00- 279:00- 280:00- 280:00- 281:00- 281:00- 282:00- 282:00- 283:00- 283:00- 284:00- 284:00- 285:00- 285:00- 286:00- 286:00- 287:00- 287:00- 288:00- 288:00- 289:00- 289:00- 290:00- 290:00- 291:00- 291:00- 292:00- 292:00- 293:00- 293:00- 294:00- 294:00- 295:00- 295:00- 296:00- 296:00- 297:00- 297:00- 298:00- 298:00- 299:00- 299:00- 300:00- 300:00- 301:00- 301:00- 302:00- 302:00- 303:00- 303:00- 304:00- 304:00- 305:00- 305:00- 306:00- 306:00- 307:00- 307:00- 308:00- 308:00- 309:00- 309:00- 310:00- 310:00- 311:00- 311:00- 312:00- 312:00- 313:00- 313:00- 314:00- 314:00- 315:00- 315:00- 316:00- 316:00- 317:00- 317:00- 318:00- 318:00- 319:00- 319:00- 320:00- 320:00- 321:00- 321:00- 322:00- 322:00- 323:00- 323:00- 324:00- 324:00- 325:00- 325:00- 326:00- 326:00- 327:00- 327:00- 328:00- 328:00- 329:00- 329:00- 330:00- 330:00- 331:00- 331:00- 332:00- 332:00- 333:00- 333:00- 334:00- 334:00- 335:00- 335:00- 336:00- 336:00- 337:00- 337:00- 338:00- 338:00- 339:00- 339:00- 340:00- 340:00- 341:00- 341:00- 342:00- 342:00- 343:00- 343:00- 344:00- 344:00- 345:00- 345:00- 346:00- 346:00- 347:00- 347:00- 348:00- 348:00- 349:00- 349:00- 350:00- 350:00- 351:00- 351:00- 352:00- 352:00- 353:00- 353:00- 354:00- 354:00- 355:00- 355:00- 356:00- 356:00- 357:00- 357:00- 358:00- 358:00- 359:00- 359:00- 360:00- 360:00- 361:00- 361:00- 362:00- 362:00- 363:00- 363:00- 364:00- 364:00- 365:00- 365:00- 366:00- 366:00- 367:00- 367:00- 368:00- 368:00- 369:00- 369:00- 370:00- 370:00- 371:00- 371:00- 372:00- 372:00- 373:00- 373:00- 374:00- 374:00- 375:00- 375:00- 376:00- 376:00- 377:00- 377:00- 378:00- 378:00- 379:00- 379:00- 380:00- 380:00- 381:00- 381:00- 382:00- 382:00- 383:00- 383:00- 384:00- 384:00- 385:00-<																																												

# おすすめ 集団ワーク

12/4(木)  
17:00-18:35

クリスマスまでのカウントダウンに使う  
アドベントカレンダーを作ろう！  
紙で作ったりフェルトで作ったり、  
いろんな方法があるので、自分が  
やってみたい方法で作ってみよう！

## ものづくりクラブ アドベントカレンダーづくり



12/7(日)  
14:00-15:35

水と油は物質の性質が違うので絶対  
に混ざらないという特性を使ってゆらゆら  
動くオイルモーションを作ろう！  
実験みたいで楽しいのに、おしゃれな  
インテリアが出来上がりますよ！

## 水と油の 幻想オイルモーション



12/17(水)  
17:00-18:35

人間が生きていく中で必ず行う  
『睡眠』。皆さんが夢の中にいる時に、  
体では何が起きている？  
睡眠をとることの重要性と自分の睡眠について  
振り返ってみよう！

## 生活スキル+ヴィストカフェ ～睡眠～



## クッキングスタジオのお料理紹介

金曜日に  
変更しました！

### あったかお鍋

冬といえば鍋ですよね！  
あったかい鍋で冷えた体を温めよう！  
味や食材はみんなで相談＆買い出し！

12/12(金)  
17:00-18:45

### VSTクッキングスタジオ あったかお鍋



### ミニブッシュドノエル

クリスマスの定番ケーキのひとつブッシュドノエル！  
切り株のような見た目からつけられた名前だそう。  
簡単に作れちゃうレシピでやってみよう

12/19(金)  
17:00-18:45

### VSTクッキングスタジオ ミニブッシュドノエル



### おらせ

●クッキングコースなど調理系の集団ワークにご参加の際は、バンダナ・エプロン・マスク・実費300円をご持参ください。

●換気や消毒などの感染症対策を講じた上で実施いたします。

●感染状況など情勢を鑑みて、ワーク内容の変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。

