

科目名 ( 基準時間 )									
日 時		時限 (分)	場所	形態	項 目 名	担当講師(※1 講師6項目まで)		学習内容	テキ スト 巻
日時						[調書番号] 氏名	要 件		
<b>開講式(1) ※カリキュラム外</b>									
4/8(金)	11:00~12:00	1 (60)	学校		開講式 / オリエンテーション	理事長・校長 / 天池 友紀子		開講式 / 諸連絡研修の進め方	
<b>1. 職務の理解(6) ※施設の見学等の実習活用可</b>									
4/12(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第1節 多様なサービスの理解	◎ [43] 石山 武浩	介護支援専門員	1.介護保険による居宅サービス 2.介護保険による施設サービス 3.介護保険外のサービス	1巻
	14:25~15:25					[1] 玉置 龍馬	介護支援専門員		
4/14(木)	13:15~14:15	2 (120)	施設	見学	第2節 介護職の仕事内容や働く現場の理解	[1] 玉置 龍馬	介護支援専門員	1.介護サービスを提供する現場の実際(施設見学)	1巻
	14:25~15:25								
4/19(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第2節 介護職の仕事内容や働く現場の理解	◎ [43] 石山 武浩	介護支援専門員	1.介護サービスを提供する現場の実際 2.介護サービスの提供に至るまでの流れ 3.介護過程とチームアプローチ	1巻
	14:25~15:25					[1] 玉置 龍馬	介護支援専門員		
<b>2. 介護における尊厳の保持・自立支援(9)</b>									
4/21(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第1節 人権と尊厳を支える介護	◎ [34] 中川 翔太	介護福祉士	1.人権と尊厳の保持 2.ICF	1巻
	14:25~15:25					[35] 大腰 真弓	介護支援専門員 保健師 介護支援専門員		
4/26(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第1節 人権と尊厳を支える介護	◎ [34] 中川 翔太	介護福祉士	3.QOL 4.ノーマライゼーション 5.虐待防止・身体拘束禁止	1巻
	14:25~15:25					[35] 大腰 真弓	介護支援専門員 保健師 介護支援専門員		
4/28(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第2節 自立に向けた介護	◎ [34] 中川 翔太	介護福祉士	1.自立支援	1巻
	14:25~15:25					[35]大腰 真弓	介護支援専門員 保健師 介護支援専門員		
5/10(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義	第2節 自立に向けた介護	[52] 中村 敦子	介護支援専門員	2.介護予防	1巻
	14:25~15:25								

5/12(木)	13:15~14:15	1 (60)	学校	講義	第2節 自立に向けた介護	[52] 中村 敦子	介護支援専門員	2.介護予防	1巻
<b>3. 介護の基本(7)</b>									
5/12(木)	14:25~15:25	1 (60)	学校	講義	第1節 介護職の役割、専門性と多職種との連携	[52] 中村 敦子	介護支援専門員	1.介護環境の特徴	1巻
5/17(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護職の役割、専門性と多職種との連携	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	2.介護の専門性 3.介護にかかわる職種	1巻
	14:25~15:25	(120)			第2節 介護職の職業倫理			1.専門職の倫理の意義 2.介護福祉士の倫理	1巻
5/19(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第3節 介護における安全の確保とリスクマネジメント	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	1.介護における安全の確保 2.事故予防、安全対策	1巻
	14:25~15:25	(120)							
5/26(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第3節 介護における安全の確保とリスクマネジメント	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	3.感染対策	1巻
	14:25~15:25	(120)			第4節 介護職の安全			1.介護職の心身の健康管理 2.感染予防	
<b>4. 介護・福祉サービスの理解と医療との連携(10)</b>									
5/24(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護保険制度	[43] 石山 武浩	福祉系学校教員	1.介護保険制度創設の背景および目的、動向	1巻
	14:25~15:25	(120)						2.介護保険制度のしくみの基礎的理解	
5/31(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護保険制度	[43] 石山 武浩	福祉系学校教員	3.制度を支える財源、組織・団体の機能と役割	1巻
	14:25~15:25	(120)							
6/2(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 医療との連携とリハビリテーション	[42] 中田めぐみ	准看護師	1.医行為と介護 2.訪問看護	1巻
	14:25~15:25	(120)						3.施設における看護と介護の役割・連携	
<b>5. 介護におけるコミュニケーション技術(6)</b>									
6/7(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護におけるコミュニケーション	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	1.コミュニケーションの意義、目的、役割	1巻
	14:25~15:25	(120)						2.コミュニケーションの技法	
6/9(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護におけるコミュニケーション	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	3.利用者・家族とのコミュニケーションの実際	1巻
	14:25~15:25	(120)						4.利用者の状況・状態に応じたコミュニケーション技術の実際	
6/14(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 介護におけるチームのコミュニケーション	[4] 佐々木 千晶	介護福祉士	1.記録における情報の共有化 2.報告・連絡・相談	1巻
	14:25~15:25	(120)						3.コミュニケーションを促す環境	
<b>6. 老化の理解(6)</b>									
6/16(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 老年期の発達と老化に伴う心身の変化の特徴	[11] 天池 友紀子	保健師	1.老年期の定義	1巻
	14:25~15:25	(120)						2.老年期の発達と老化に伴う心身の変化の特徴	
6/21(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 高齢者と健康	[11] 天池 友紀子	保健師	1.高齢者の症状、疾患の特徴	1巻
	14:25~15:25	(120)						2.高齢者の疾病と日常生活上の留意点	
6/23(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 高齢者と健康	[11] 天池 友紀子	保健師	3.高齢者に多い病気と日常生活上の留意点	1巻
	14:25~15:25	(120)							

4. 介護・福祉サービスの理解と医療との連携									
6/28(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 医療との連携とリハビリテーション	[7] 太田 緑	作業療法士	4.リハビリテーション	1 巻
	14:25~15:25	(120)							
6/30(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第3節 障害者福祉制度およびその他の制度	[8] 佐藤 雅幸	社会福祉士	1.障害者福祉制度の概念 2.障害者自立支援制度の仕組みの基礎的理解 3.個人の人権を守る制度の概要	1 巻
	14:25~15:25	(120)							
7. 認知症の理解(6)									
7/5(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 認知症を取り巻く環境	[49] 江戸 愛	保健師	1.認知症ケアの理念 2.認知症ケアの視点	1 巻
	14:25~15:25	(120)							
7/12(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 医学的側面から見た認知症の基礎と健康管理	[49] 江戸 愛	保健師	1.認知症の概念 2.認知症の原因疾患とその病態 3.原因疾患別ケアのポイント 4.健康管理	1 巻
	14:25~15:25	(120)							
7/14(木)	13:15~14:15	1	学校	講義	第3節 認知症に伴うこころとからだの変化と日常生活	[49] 江戸 愛	保健師	1.認知症の人の生活障害、心理・行動の特徴 2.認知症の人への対応	1 巻
	14:25~15:25	1			第4節 家族への支援			1.家族の支援 2.認知症の人を介護する家族へのレスパイトケア	
8. 障害の理解(4)									
7/19(火)	13:15~14:15	1(60)	学校	講義	第1節 障害の基礎的理解	[11] 天池 友紀子	保健師	1.障害の概念とICF 2.障害者福祉の基本理念	1 巻
	14:25~15:25	1(60)			第3節 家族の心理、かわり支援の理解				
7/21(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 障害の医学的側面、生活障害などの基礎知識	[11] 天池 友紀子	保健師	1.身体障害 2.知的障害 3.精神障害 4.発達障害 5.難病	1 巻
	14:25~15:25	(120)							
9. こころとからだのしくみと生活支援技術(76) 研修順序Ⅰ→Ⅱ→Ⅲ (上限12時間実習可) ※介護に必要な基礎的知識の理解の確認と生活支援技術の取得状況の確認を含む									
Ⅰ 基本知識の学習(介護に関する基礎的理解)(10)									
8/23(火)	13:15~14:15	2	学校	講義	第1節 介護の基本的な考え方	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	1.理論に基づく介護 2.法的根拠に基づく介護	2 巻
	14:25~15:25	(120)							
8/25(木)	13:15~14:15	2	学校	講義	第2節 介護に関するこころのしくみの基礎的理解	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	1.学習と記憶に関する基礎知識 2.感情と意欲に関する基礎知識 3.自己概念と生きがい 4.老化や障害を受け入れる適応行動とその阻害要因	2 巻
	14:25~15:25								
8/30(火)	13:15~14:15	2	学校	講義 演習	第3節 介護に関するからだのしくみの基礎知識	[11] 天池 友紀子	保健師	1.生命の維持・恒常性のしくみ 2.人体各部の名称と動きに関する基礎知識 3.骨・関節・筋に関する基礎知識とボディメカニクスの活用	2 巻
	14:25~15:25								
9/1(木)	13:15~14:15	2	学校	講義 演習	第3節 介護に関するからだのしくみの基礎知識	[11] 天池 友紀子	保健師	4.中枢神経系と体性神経に関する基礎知識	2 巻
	14:25~15:25								

9/13(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第3節 介護に関するからだのしくみの基礎知識	[11] 天池 友紀子	保健師	5.自律神経と内部器官に関する基礎知識	2巻
	14:25~15:25								
Ⅱ 生活支援技術の講義・演習（自立に向けた介護の展開）(44)									
9/15(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第1節 生活と家事	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	1.生活と家事の理解	2巻
	14:25~15:25								
9/20(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第1節 生活と家事	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	2.家事援助に関する基礎知識と生活支援	2巻
	14:25~15:25								
9/27(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第2節 快適な居住環境整備と介護	[32] 千葉 誠人	理学療法士	1.快適な住環境に関する基礎知識	2巻
	14:25~15:25								
9/29(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第2節 快適な居住環境整備と介護	[32] 千葉 誠人	理学療法士	2.高齢者、障害者特有の住環境整備と福祉用具の活用	2巻
	14:25~15:25								
10/4(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第3節 整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [14] 栗田 貴雅 [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	1.整容に関する基礎知識 2.整容の支援技術	2巻
	14:25~15:25								
10/11(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第3節 整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [14] 栗田 貴雅 [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	2.整容の支援技術	2巻
	14:25~15:25								
10/13(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第6節 入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [14] 栗田 貴雅 [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	1.入浴・清潔保持に関連する基礎知識 2.入浴・清潔保持に関連する用具の活用方法 3.楽しい入浴を阻害する要因の理解と支援方法	2巻
	14:25~15:25								
10/18(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	[18] 吉田 奈緒 [20] 奈良 遼 ◎ [21] 杉山 美緒 [47] 森 和樹 [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	作業療法士 理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士	1.移動・移乗に関する基礎知識 ①なぜ移動をするのか(P134) ②もっている力の活用と自立支援(P136) ③ボディメカニクスの活用(P138) ④重心と姿勢の安定(P140)	2巻
	14:25~15:25								
10/20(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	[18] 吉田 奈緒 [20] 奈良 遼 [21] 杉山 美緒 ◎ [47] 森 和樹 [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	作業療法 理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士	2.移動・移乗に関する福祉用具とその活用方法 ①手すり、歩行器、杖(P142) ③移動用リフト(P146) ④簡易スロープ・段差解消機(P147)	2巻
	14:25~15:25								

10/25(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [18] 吉田 奈緒	作業療法士	3.利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の方法 ①体位変換(P148) ②安楽な体位の保持と褥瘡の予防(P153)	2巻
	14:25~15:25					[20] 奈良 遼 [21] 杉山 美緒 [47] 森 和樹 [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士		
<b>施設実習前事前指導(1) ※カリキュラム外</b>									
10/25(火)	15:30~16:30	1(60)	学校	指導	施設実習前事前指導(※カリキュラム外)	[11] 天池 友紀子		みだしなみ確認、実習施設説明、緊急時連絡先等	
<b>Ⅱ生活支援技術の講義・演習 ※施設実習(6)</b>									
10/26(水)	9:00~16:00	6 (360)	施設	実習	第2節 快適な居住環境整備と介護(1) 第3節 整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第5節 食事に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第6節 入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(2)	[50] 岡田 公之 [44] 菊池 かおり [38] 佐々木 栄治 [48] 野上 容子 [53] 山本 美樹	介護福祉士 介護福祉士 介護福祉士 介護福祉士 看護師	住環境整備 整容の支援技術 移乗・移動の介護 食事の介護 入浴の介護	2巻
10/27(木)	9:00~16:00	6 (360)	施設	実習	第2節 快適な居住環境整備と介護(1) 第3節 整容に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第5節 食事に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(1) 第6節 入浴、清潔保持に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護(2)	[50] 岡田 公之 [44] 菊池 かおり [38] 佐々木 栄治 [48] 野上 容子 [53] 山本 美樹	介護福祉士 介護福祉士 介護福祉士 介護福祉士 看護師	住環境整備 整容の支援技術 移乗・移動の介護 食事の介護 入浴の介護	2巻
11/1(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [18] 吉田 奈緒	作業療法士	2.移動・移乗に関する福祉用具とその活用方法 ②車いす(P144) 3.利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の方法 ④ベッド、車いす間の移乗の介助(P164)	2巻
	14:25~15:25					[20] 奈良 遼 [21] 杉山 美緒 [47] 森 和樹 [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士		
11/8(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところとからだのしくみと自立に向けた介護	[18] 吉田 奈緒	作業療法士	3.利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の方法 ⑤車いすの介助(P169)	2巻
	14:25~15:25					[20] 奈良 遼 [21] 杉山 美緒 [47] 森 和樹 ◎ [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士		

11/10(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第4節 移動・移乗に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	[18] 吉田 奈緒 [20] 奈良 遼 ◎ [21] 杉山 美緒 [47] 森 和樹 [40] 佐々木 朗 [41] 岡田美智子	作業療法士 理学療法士 理学療法士 理学療法士 作業療法士 作業療法士	3.利用者・介助者にとって負担の少ない移動・移乗の方法 ③歩行の介助(P156) 4.移動・移乗を阻害する要因の理解とその支援方法(P174) 5.移動と社会参加の留意点と支援(P178)	2巻
	14:25~15:25								
11/22(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第5節 食事に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	[14] 栗田 貴雅 [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	1.食事に関する基礎知識 2.食事環境の整備と食事に関連する用具の活用方法	2巻
	14:25~15:25								
11/24(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第5節 食事に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	[14] 栗田 貴雅 [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	3.楽しい食事を阻害する要因の理解と支援方法 4.食事と社会参加の留意点と支援	2巻
	14:25~15:25								
11/29(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第7節 排泄に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	[14] 栗田 貴雅 ◎ [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	1.排泄に関する基礎知識 2.排泄環境の整備と関連する用具の活用方法	2巻
	14:25~15:25								
12/1(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第7節 排泄に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	[14] 栗田 貴雅 ◎ [15] 畠山 京子	介護福祉士 介護福祉士	2.排泄環境の整備と関連する用具の活用方法 3.爽快な排泄を阻害する要因の理解と支援方法	2巻
	14:25~15:25								
12/6(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第8節 睡眠に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	1.睡眠に関する基礎知識	2巻
	14:25~15:25								
12/8(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第8節 睡眠に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	2.睡眠環境の整備と関連する用具の活用方法	2巻
	14:25~15:25								
12/13(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第8節 睡眠に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	2.睡眠環境の整備と関連する用具の活用方法	2巻
	14:25~15:25								
12/15(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第8節 睡眠に関連したところからだのしくみと自立に向けた介護	◎ [51] 深谷 るみ [37] 竹田奈々絵	介護福祉士 介護福祉士	2.睡眠環境の整備と関連する用具の活用方法 3.快い睡眠を阻害する要因の理解と支援方法	2巻
	14:25~15:25								
12/20(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第9節 死にゆく人に関連したところからだのしくみと終末期介護	[44] 菊池 かおり	介護福祉士	1.終末期に関する基礎知識 2.生から死への過程 3.「死」に向き合うところの理解 4.苦痛の少ない死への支援	2巻
	14:25~15:25								
<b>Ⅲ生活支援技術演習(10)</b>									
12/22(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	講義 演習	第1節 介護過程の基礎的理解	[46] 片山 佳太	介護福祉士	1.介護過程の目的・意義・展開 2.介護過程とチームアプローチ	2巻
	14:25~15:25								
1/24(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	演習	第2節 総合生活支援技術演習	◎ [51] 深谷 るみ [11] 天池友紀子	介護福祉士 保健師	1. 演習を行うにあたって	2巻
	14:25~15:25								

1/26(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	演習	第2節 総合生活支援技術演習	◎ [51] 深谷 るみ [11] 天池友紀子	介護福祉士 保健師	2.「たべたくない」と訴える施設入所者の支援	2巻
	14:25~15:25								
1/31(火)	13:15~14:15	2 (120)	学校	演習	第2節 総合生活支援技術演習	◎ [51] 深谷 るみ [11] 天池友紀子	介護福祉士 保健師	3.できるだけ外に出かけたいと思っている利用者の支援	2巻
	14:25~15:25								
2/2(木)	13:15~14:15	2 (120)	学校	演習	第2節 総合生活支援技術演習	◎ [51] 深谷 るみ [11] 天池友紀子	介護福祉士 保健師	4.トイレでの排泄にこだわりをもつ利用者の支援	2巻
	14:25~15:25								
<b>10. 振り返り(4) ※施設見学等の実習活用可</b>									
2/7(火)	13:15~14:15	2 (120)	施設	見学	研修を終えての振り返り①	[45] 道具 大輔	介護福祉士	研修を終えての振り返り(施設見学)	2巻
	14:25~15:25								
2/9(木)	13:15~14:15	2 (120)	施設	見学	研修を終えての振り返り②	[45] 道具 大輔	介護福祉士	研修を終えての振り返り(施設見学)	2巻
	14:25~15:25								
<b>終了評価試験(1) ※カリキュラム外</b>									
2/21(木)	13:15~14:15	1(60)	学校	試験	修了評価試験	[11] 天池 友紀子	研修全体における修了評価試験(筆記試験) ※正答6割以上合格		
<b>閉講式(1) ※カリキュラム外</b>									
3/16(木)	13:00~14:00	1(60)	学校	閉講式		理事長・校長 [11] 天池 友紀子	修了証明書授与 / 諸連絡		

〈予備日〉 ※都合により下記の日程に授業日を変更することがあります。(変更のない場合、網掛けの日は、本校生徒のみカリキュラム外の授業があります)

月	日にち	時間	月	日にち	時間
4月	16(土)、30日(土)	9:00~11:10	11月	5(土)	9:00~11:10
5月		13:15~15:25	12月	17(土)、24(土)、27(火)	9:00~11:10
	7(土)	9:00~11:10			
6月	18(土)	9:00~11:10	1月	21(土)	9:00~11:10
7月	2(土)、16(土)、30(土)	9:00~11:10	2月		13:15~15:25
8月		9:00~11:10		18(土)、25(土)	9:00~11:10
9月	17(土)	9:00~11:10	3月	2(木)、9(木)、14(火)	13:15~15:25
10月	1(土)、15(土)、29(土)	9:00~11:10			9:00~11:10