



2025



プログラム表

	日	月	火	水	木	金	土
プログラム時間	27	28	29	30	31	1 健康チェック	2 ⇒ ⇒ ⇒
AM 9:50~11:30	✓ 毎月初めは、『健康チェック』・『(対象者のみ)更生訓練費の押印』を実施しています ✓ プログラム以外に、個別支援(面談・外出等)も行っています(予約制) ✓ 状況に応じて、プログラム内容(時間)が、変更になる場合がありますのでご了承ください					音遊びの会	ロードシネマ ひんやりホラー
PM 13:00~14:40						みずほ新聞	
	3	4	5	6	7	8	9
AM 9:50~11:30	休み	クイズ カードレク	カレンダー作成	買い物外出 〜ドン・キホーテ〜	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		クリエイション "かくかくしかじか"	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	カラオケ		みずほ新聞	
	10	11	12	13	14	15	16
AM 9:50~11:30	休み	クッキング [みずほ定食]	カレンダー作成	スポーツ パターゴルフ大会	休み	休み	みずほデー ゆっくり、涼もう会
PM 13:00~14:40			フィットネス -ストレッチ・ヨガ-				
	17	18	19	20	21	22	23
AM 9:50~11:30	休み	クリエイション "ペーパーボール"	カレンダー作成	課外 エヴァ大博覧会 in Li-Ka	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		ミーティング [9月プログラム]	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	カラオケ		事業所見学 "サクスラボ" (A型)	
	24/31	25	26	27	28	29	30
AM 9:50~11:30	休み	クリエイション "ペーパーボール"	カレンダー作成	ヘルシースイーツ [チーズケーキ]	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		SNS活用 インフルエンサーに なろう!! その2	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	ボランティア in しもあらた		みずほ新聞	

【 今月のお知らせ 】

■ 8 / 2 (土) * * * 『 ロードシネマ / ひんやりホラー 』 場所:みずほ、 昼食:ピザ・ポテトなど

■ 8 / 6 (水) * * * 『 買い物外出 / ドン・キホーテ(宇宿店) 』
移動:公用車、 昼食:リアンテ弁当、 各自、自由行動で実費あり

■ 8 / 11 (月) * * * 『 クッキング / みずほ定食 』 献立:豚の角煮・きんぴらごぼうなど

■ 8 / 13 (水) * * * 『 スポーツ / パターゴルフ大会 』 場所:みずほ内、 昼食:リアンテ弁当

■ 8 / 16 (土) * * * 『 みずほデー / ゆっくり、涼もう会 』 昼食:参加者で話し合い予定

■ 8 / 20 (水) * * * 『 課外 / エヴァ大博覧会 in Li-Ka 』 手帳提示で割引あり
移動:市電、 昼食:リアンテ弁当、 各自、自由行動で実費あり

