



2025 **9** September **プログラム表**



	日	月	火	水	木	金	土
プログラム時間	31	1	2	3	4	5	6
AM 9:50~11:30		クッキング [冷しゃぶサラダ]	カレンダー作成	クリエイション 'ペーパーボール'	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		カラオケ	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	ロードシネマ		みずほ新聞	
	7	8	9	10	11	12	13
AM 9:50~11:30	休み	買い物外出 ~天文館~	カレンダー作成	スポーツ ボーリング大会	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		クイズ カードレク	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	カラオケ		クリエイション 'かくかくしかじか'	
	14	15	16	17	18	19	20
AM 9:50~11:30	休み	クッキング [みずほ定食]	課外 パワーチャージ!! in 日置	カレンダー作成	楽器演奏	音遊びの会	みずほデー
PM 13:00~14:40				ボランティア in しもあたら		みずほ新聞	
	21	22	23	24	25	26	27
AM 9:50~11:30	休み	クイズ カードレク	西郷さんのお墓参り	ヘルシースイーツ [お月見団子]	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~14:40		ミーティング [10月プログラム]				みずほ新聞	
	28	29	30	1	2	3	4
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	✓ 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			
PM 13:00~14:40		SNS活用 インフルエンサーに なろう!! 'その3'	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-				

【 今月のお知らせ 】

- 9 / 8 (月) \*\*\* 「買い物外出 / 天文館」  
移動: 公用車、 昼食: リアンテ弁当、 各自、自由行動で実費あり
- 9 / 10 (水) \*\*\* 「スポーツ / ボーリング大会」 場所: サンライトゾーン、 1ゲーム100円  
移動: 公用車、 昼食: リアンテ弁当
- 9 / 15 (月) \*\*\* 「クッキング / みずほ定食」 献立: 手作りからあげなど
- 9 / 16 (火) \*\*\* 「課外 / パワーチャージ in 日置」 当日の流れ...そば茶屋 ⇒ 大汝牟遅神社 ⇒ 蓬菜館  
移動: 福祉バス、 昼食: そば茶屋(各自で注文、実費あり)
- 9 / 23 (火) \*\*\* 「西郷さんのお墓参り」 移動: 公用車、 昼食: マクドナルド

