



2025



プログラム表

	日	月	火	水	木	金	土
	26	27	28	29	30	31	1
	✓ 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						休み
プログラム 時間	2	3	4	5	6	7	8
AM 9:50~ 11:30	休み	カードレク & ケンタッキーづくり	カレンダー作成	クリスマスに向けて [ミーティング/準備]	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~ 14:40			フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	買い物外出 ~ドン・キホーテ~		クリエーション 'かくかくしかじか'	
	9	10	11	12	13	14	15
AM 9:50~ 11:30	休み	ヘルシースイーツ [かるかん]	カレンダー作成	事業所見学 ~ボラーノ・ボラーリ(B型) ~	楽器演奏	音遊びの会	みずほデー ビリヤードをしよう!
PM 13:00~ 14:40		SNS活用 インフルエンサーに なろう!! "その5"	フィットネス inマリポート	カラオケ		みずほ新聞	
	16	17	18	19	20	21	22
AM 9:50~ 11:30	休み	ロードシネマ ~shrink①~	カレンダー作成	スポーツ 体育館	楽器演奏	音遊びの会	休み
PM 13:00~ 14:40		ミーティング [12月プログラム]	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	カラオケ		みずほ新聞	
	23 /30	24	25	26	27	28	29
AM 9:50~ 11:30	休み	秋の味覚会	カレンダー作成	クリエーション	楽器演奏	課外 紅葉ツアー 霧島めぐり	休み
PM 13:00~ 14:40			フィットネス -ストレッチ・ヨガ-				

【 今月のお知らせ 】

- 11/3(月)***『 クイズ・カードレク + ケンタッキーづくり 』(じゃすぴあ合同開催)
昼食:手作りケンタッキー風チキンサンドバーガーなど
- 11/15(土)***『 みずほデー ビリヤードをしよう 』(じゃすぴあ合同開催)
場所:サングリーン(鹿児島市与次郎1丁目10-28)、 利用料:300円程度
移動:社用車、 昼食:ほっともっと弁当
- 11/24(月)***『 秋の味覚会 』(じゃすぴあ合同開催)
昼食:シチュー、大学いもパウンドケーキなど
- 11/28(金)***『 課外 / 紅葉ツアー 霧島めぐり 』
~当日の流れ...竹川狭(そうめん流し) ⇒ 霧島神宮⇒ ほっと霧島館(物産館)⇒ みずほ到着~
移動:福祉バス、 昼食:竹川狭での食事となります(自己負担あり)

