

一般社団法人Saa・Ya 自立訓練(生活訓練)

しごと生活サポートセンター みずほ

2025

12月

DECEMBER

プログラム表

	日	月	火	水	木	金	土
プログラム時間	30	1	2	3	4	5	6
		<健康チェック>	⇒ ⇒ ⇒				
AM 9:50~11:30	休み	ロードシネマ ~shrink②~	カレンダー作成	クリエーション ~ペーパーボール~	楽器演奏	音遊びの会	みずほデー タコパー
PM 13:00~14:40		ボランティア inしもあらた	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	カラオケ		みずほ新聞	
	7	8	9	10	11	12	13
AM 9:50~11:30	休み	クイズ カードレク	カレンダー作成 ~防災避難訓練~	事業所見学 ~TAP工房(B型)~	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6'	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-	音楽鑑賞 +趣味活		みずほ新聞	
	14	15	16	17	18	19	20
AM 9:50~11:30	休み	ヘルシースイーツ [ガトーショコラ]	カレンダー作成	スポーツ 体育館	楽器演奏	音遊びの会	みずほデー メルヘン館へ行こう
PM 13:00~14:40		ミーティング [1月プログラム]	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-			クリエーション 'かくかくしかじか'	
	21	22	23	24	25	26	27
AM 9:50~11:30	休み	1日買い物外出 イオン鹿児島	カレンダー作成	クリエーション ~ペーパーボール~	クリスマス会	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-	カラオケ (クリスマス会準備)		みずほ新聞	
	28	29	30	31	2026/1/1	2	3
AM 9:50~11:30	休み	年末大掃除+ 忘年会	<div>✓ 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</div> <div>✓ 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)</div> <div>✓ 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</div>				※年明けは 1/5(月)より 開所いたします
PM 13:00~14:40							

【 今月のお知らせ 】

■ 12/6(土)***『クイズ・カードレク + タコパー』(じゃすぴあ合同開催)
昼食:リアンテ弁当+たこ焼き+焼きそば

■ 12/20(土)***『みずほデー メルヘン館へ行こう』(じゃすぴあ合同開催)
場所:メルヘン館(鹿児島市城山町5-1)、利用料:手帳提示にて無料
移動:社用車、 昼食:ほっともっと弁当

■ 12/22(月)***『一日買い物外出 inイオン鹿児島』
昼食:イオン店内の飲食店等で各自、購入、注文となります(自己負担あり)

■ 12/25(木)***『クリスマス会』(午前のみ) プレゼント交換(費用600円)をします
昼食:リアンテ弁当+すき焼き+ケーキあり

Seikatsu Kunren