

2026

2

February

プログラム表

日	月	火	水	木	金	土
25	26	27	28	29	30	31
<p>✓ 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</p> <p>✓ 集団プログラム以外に、個別プログラム(面談・外出等)も行っています</p> <p>✓ 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</p>						
プログラム時間	1	2 「健康チェック」	3 ⇒ ⇒ ⇒	4	5	6
AM 9:50~ 11:30	休み	音楽鑑賞 +趣味活	カレンダー作成 節分	カラオケ	楽器演奏	音遊びの会
PM 13:00~ 14:40		SNS活用 インフルエンサーになろう!!「その8」	フィットネス -ストレッチ・ヨガ-			みづほ新聞
	8	9	10	11	12	13
AM 9:50~ 11:30	休み	クッキング [いなり寿司・豚汁]	カレンダー作成	買い物外出 [天文館]	楽器演奏	音遊びの会
PM 13:00~ 14:40		ミーティング [3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」
	15	16	17	18	19	20
AM 9:50~ 11:30	休み	クイズ/カードレク	カレンダー作成	1日課外 ～桜島の旅～	楽器演奏	音遊びの会
PM 13:00~ 14:40		ボランティア inしもあうた	スポーツ 卓球			
	22	23	24	25	26	27
AM 9:50~ 11:30	休み	ペット館 癒しの旅	カレンダー作成	ヘルシースイーツ [ラスク・クランチ]	楽器演奏	音遊びの会
PM 13:00~ 14:40			フィットネス -ストレッチ・ヨガ-			みづほ新聞
	28					

【 今月のお知らせ 】

- 2/7(土) * * *『みづほデー 水耕栽培 to リップparty』(じゃすぴあ合同開催) 昼食:ほっともっと弁当
- 2/11(水) * * *『買い物外出 天文館』(じゃすぴあ合同開催) 昼食:ほっともっと弁当
- 2/18(水) * * *『1日課外 ～桜島の旅～』
～当日の流れ～ 桜島フェリー ⇒ 道の駅火の鳥めぐみ館(昼食) ⇒ サクラジマアイランドビュー(バス)で桜島観光 ⇒ みづほ到着
昼食:お食事処「おふくろの味 旬」(各自、注文にて実費あり)、移動:フェリー、バス、*持参:友愛バス
- 2/23(月) * * *『ペット館 癒しの旅』(じゃすぴあ合同開催) 昼食:マクドナルド

