

2026

2

February

プログラム表

	日	月	火	水	木	金	土
	25	26	27	28	29	30	31
	<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>✓ 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</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>						
プログラム時間	1	2	3	4	5	6	7
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	みずほテー 水耕栽培 to リッツparty
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-			みずほ新聞	
	8	9	10	11	12	13	14
AM 9:50~11:30	休み	クッキング [いない寿司・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	休み
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-			クリエイション 'かくかくしかじか'	
	15	16	17	18	19	20	21
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	休み
PM 13:00~14:40		ボランティア inしもあらた	スポーツ 卓球				
	22	23	24	25	26	27	28
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	休み
PM 13:00~14:40			フィットネス -ストレッチ・ヨガ-			みずほ新聞	

【 今月のお知らせ 】

■ 2 / 7(土) * * * 『 みずほテー 水耕栽培 to リッツ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 ⇒ みずほ到着
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:友愛パス

■ 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

