

《10月プログラム》

令和4年10月3日～令和4年10月30日

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	10月3日	4日	5日	6日	7日
午前	ソフトボール交流会 やさしいヨーガ	卓球	DVD鑑賞 「梅切らぬ馬鹿」	外出 散歩「大通公園」	小グループ活動 AB：座談会+交流決め CD：室内ゲーム
午後	ソフトボール交流会 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ
ナイト	照り焼きチキン				メンバークラブ選挙立候補締め カルボナーラ
座談会週間					

	10日	11日	12日	13日	14日
午前	特別デイケア さつまいもづくり	マインドフルネス (呼吸瞑想法) & HIIT	畑	ミニバレー VCAT①	小グループ活動 AB：散歩+昼食 CD：料理 秋鮭のちゃんちゃん焼き
午後		麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ
ナイト		メンバークラブ選挙公示			肉豆腐

	17日	18日	19日	20日	21日
午前	阿部所長の栄養講座 やさしいヨーガ	全体料理 「キノコご飯、ザンギ」	ドッチボール 家族会 VCAT②	センターで取れた小豆を使った どら焼き作り VCAT③	小グループ活動 AB：TVゲーム CD：紅葉を見に行こうよう(中島公園)
午後	テニボン&バドミントン 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ
ナイト	ツナの炊き込みご飯				チーズハンバーグ

	24日	25日	26日	27日	28日
午前	中川さんの栄養講座 やさしいヨーガ	事業所説明会 就労移行支援事業所ウェルビー	室内ゲーム VCAT①	合同ミーティング ※メンバークラブ選挙投票	小グループ活動 AB：料理(かぼちゃグラタン) CD：バドミントン
午後	バスケットボール 絵画	麻雀倶楽部 陶芸 ヲタサロ	スポーツクラブ 楽しい英語クラブ	茶道 やさしいヨーガ	ストレッチボール 卓上ゲームクラブ
ナイト	豚バラ白菜うどん				チンジャオロース+ワンタンスープ

11月4日	11月11日	11月18日	11月25日	12月2日
小グループ活動 AB：スポーツ CD：料理 かぼちゃシチュー	小グループ活動 AB：料理 CD：座談会+DIY	小グループ活動 AB：ジェスチャーゲーム+絵しりとり CD：読書会	小グループ交流会 歌詞朗読イントロクイズ	小グループミーティング AB：集會室 CD：手芸室

☆コロナウイルス対策：マスク着用、プログラムの前後に手洗い、手指消毒についてご協力お願いします
 ☆1階トイレ前にお知らせ用コルクボードを準備しました。都度内容が変わりますので確認してください

- ナイトケア：夕食作り、フットサル、ゆったり過ごすなど。夕方以降の活動です
- 畑グループ：手入れ等、随時行います。興味ある方は是非一緒にやりましょう
- 事業所説明会：就労移行支援事業所ウェルビーのスタッフによる説明&ディスカッション。具体例も話してくれます。