

ここリビング 2025年8月プログラム表

氏名	
----	--

日	月	火	水	木	金	土
<p>☆日中訓練プログラム☆</p> <ul style="list-style-type: none"> ●健康チェック 9:30～10:00 ●午前プログラム 10:00～12:00 ●午後プログラム 13:00～15:00 	<p>【利用者企画について】 黄色い背景のプログラムは、利用者の皆さんが企画されたものです。 ※企画を希望される方がいらっしゃいましたら、担当職員までご相談ください。</p>	<p>【全体ミーティング】 利用者と職員と一緒に活動について考える場です。原則ご参加ください。 【感染対策について】 「検温」「手指消毒」「マスクの着用」にご協力をお願いします。</p>	<p>【宿泊者向け】 毎日9:00～朝ミーティング・健康チェックは、スタッフとともに活動について考える場です。原則ご参加ください。 ★買い物★ 毎週(火)16:00～フジ 毎週(水)(金)16:00～アルノ</p>	<p>★ここリビングワーク★ 生活課題の解決や目標達成に向けて取り組むプログラムです。メニュー表から取り組む課題を決め、準備された資料などを活用しながら、スタッフや他メンバーとも意見を交えたり、アドバイスをもらったりしながら進めて行くワークです。</p>	<p>1 弁当 有・無</p> <p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>スポーツセンター サンチェリー 13:00～15:30</p>	<p>2 弁当 有・無</p> <p>食事会 果実を育てよう</p> <p>ここリビングワーク</p>
3 弁当 有・無	4 弁当 有・無	5 弁当 有・無	6 弁当 有・無	7 弁当 有・無	8 弁当 有・無	9 弁当 有・無
<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ストレッチ ヨガ</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>らーめんJIDAIに行こう!!</p>	<p>食事会 体を動かそう</p> <p>ここリビングワーク</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>食事会の献立を考えよう</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ボランティア活動 ～清掃活動～</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>社会資源を知ろう① 自分のことを考えてみよう エコマップ作り</p>	<p>食事会 果実を育てよう</p> <p>ここリビングワーク</p>
10 弁当 有・無	11 山の日 弁当 有・無	12 弁当 有・無	13 弁当 有・無	14 弁当 有・無	15 弁当 有・無	16 弁当 有・無
<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>全体ミーティング 一斉清掃・予定立て</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>社会資源を知ろう② 生活保護</p>	<p>食事会 西区スポーツセンター</p> <p>ここリビングワーク</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>こころの元気プラス① ～私に出来ること～</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>座談会</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>季節の飾りつけ (買物)</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>映画鑑賞会</p>
17 弁当 有・無	18 弁当 有・無	19 弁当 有・無	20 弁当 有・無	21 弁当 有・無	22 弁当 有・無	23 弁当 有・無
<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ストレッチ ヨガ</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ホットケーキを作ろう</p>	<p>食事会 体を動かそう</p> <p>ボウリングに行こう</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>こころの元気プラス② ～自分のためにセルフコンパッション～</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ボランティア活動 ～清掃活動～</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>火災訓練</p>	<p>食事会 果実を育てよう</p> <p>ここリビングワーク</p>
24 弁当 有・無	25 弁当 有・無	26 弁当 有・無	27 弁当 有・無	28 弁当 有・無	29 弁当 有・無	30 弁当 有・無
<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ストレッチ ヨガ</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>季節の飾りつけ</p>	<p>食事会 西区スポーツセンター</p> <p>合同説明会</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>折鶴を使ってアクセサリーを作ろう</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>生活お役立ち ～掃除と片付け～</p>	<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>パンを作ろう</p>	<p>食事会 果実を育てよう</p> <p>ここリビングワーク</p>
31 弁当 有・無						
<p>食事会 ここリビングワーク</p> <p>ストレッチ ヨガ</p>						

【訓練室で出来る活動内容(例)】
読書/折り鶴の解体作業/折り紙/羊毛フェルト/ビーズ/編み物/刺繍/プラモデル/ぬり絵/スクラッチアート/習字/ペン習字/計算問題/字問題/パズル/ブチブチブロック/ナンプレ/ワード/エクセル

★お弁当の利用時間★
○昼食12時15分～13時 訓練室にて
○夕食17時15分～18時 調理室にて
食事となります。事務所でお渡します。
注文・キャンセルの締切は、昼食・夕食ともに前日の16:00までです。

管理責任者	受付者
-------	-----

プログラムやその他予定に関するご意見、ご質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。
(ここリビング082-279-5004)

ここリビング 2025年8月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
8月31日 寿司太郎 冷しゃぶサラダ	※黄色い背景の日は 利用者の皆さんが 考えて下さった献立です				1 なすとじゃが芋の甘辛炒め 胡瓜とこんにゃくの炒め物	2 チキンカツ 人参とツナマヨのマリネ
3 肉巻きナスの 胡麻だれ和え 冷たいトマトサラダ もやしとザーサイの 中華スープ	4 鶏団子と茄子のトロみ煮 胡瓜とかにかまヨ和え	5 トマトマリネの冷製 パスタ 胡瓜の甘酢しょうゆ漬け	6 カリカリ油淋鶏 サラダそうめん	7 鶏もも肉の中華うま煮 ピーマンと竹輪の甘辛煮	8 なすのベーコン巻きフライ ポテトサラダ 豆腐とわかめの味噌汁	9 酢豚 トマト、卵の炒め物
10 塩レモンの唐揚げ 中華サラダ	11 ゴーヤの肉巻きてんぷら 水菜のサラダ	12 夏野菜カレー サラダ	13 あんかけうどん 野菜のかき揚げ	14 肉詰めピーマンの 梅しそ風味 ナスのしそ塩昆布和え	15 白身魚のフリット かぼちゃサラダ	16 鶏むね肉とピーマンの炒め 物 胡瓜と茗荷の胡麻和え
17 野菜コロッケ 茄子の煮びたし	18 ボン酢おろし豆腐 ハンバーグ 昆布キャベツ	19 冷やし中華 胡瓜と油揚げの甘酢和え	20 タコライス 卵スープ	21 肉じゃが 胡瓜の酢の物	22 茄子の和風ガパオ 人参のおかか炒め	23 鶏もも肉とじゃがいもの ボン酢煮 ズッキーニの卵炒め
24 チキンフライ香味 タルタルがけ 人参ツナのマリネ	25 野菜にぎやかプルコギ 胡瓜のおいキムチ	26 ネギ、卵のみ炒飯 具だくさんおかずやっこ	27 茗荷と青じそのカッペリー 風そうめん レンコンのきんぴら	28 揚げ白身魚のしんじょ カリカリきゅうり	29 ナスと豚肉の黒酢生姜焼き ピーマンと竹輪の 塩きんぴら	30 豚小間と玉ねぎ、ピーマン の甘酢炒め トマトとザーサイの 中華スープ