

ここリビング 2025年7月プログラム表

氏名	
----	--

日	月	火	水	木	金	土
☆日中訓練プログラム☆ ●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	【体を動かすプログラム】 飲み物、タオルなどの準備をお願いします。 【屋外でのプログラム】 飲物・帽子等の準備をお願いします。	1 弁当 有・無	2 弁当 有・無	3 弁当 有・無	4 弁当 有・無	5 弁当 有・無
		食事会 こころリビングワーク	体を動かそう(体育館) 果実を育てよう	食事会 こころリビングワーク	こころリビングワーク ピクニックに行こう	食事会 こころリビングワーク 麻雀とボーカー
6 弁当 有・無	7 弁当 有・無	8 弁当 有・無	9 弁当 有・無	10 弁当 有・無	11 弁当 有・無	12 弁当 有・無
食事会 こころリビングワーク	こころリビングワーク 七夕祭り	食事会 体を動かそう(体育館)	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 ストレッチ(訓練室)
スポーツ(体育館)	生活お役立ち① ～熱中症対策～	こころリビングワーク 果実を育てよう	チョコレートスコーンを作ろう	ボランティア活動～清掃活動～	果実を育てよう	映画鑑賞会
13 弁当 有・無	14 弁当 有・無	15 弁当 有・無	16 弁当 有・無	17 弁当 有・無	18 弁当 有・無	19 弁当 有・無
食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 体を動かそう(体育館)	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	ミナモア散策 社会人マナー	食事会 こころリビングワーク 果実を育てよう
全体ミーティング 一斉清掃・予定立て	にゅうよくざいをつくらう!!!!	社会資源を知ろう② 災害用伝言ダイヤル	パンを作ろう	こころの元気プラス① ～イライラ・爆発なんとかしたい～	果実を育てよう	果実を育てよう
20 弁当 有・無	21海の日 弁当 有・無	22 弁当 有・無	23 弁当 有・無	24 弁当 有・無	25 弁当 有・無	26 弁当 有・無
食事会 こころリビングワーク	食事会 デッサン	本通りへ行こう! 体を動かそう(体育館)	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 ストレッチ(訓練室)
スポーツ(体育館)	生活お役立ち② ～インテリアを考える～	タピオカ茶話会をしよう	ボードゲーム交流会	ボランティア活動～清掃活動～	季節の飾りつけ買い物	果実を育てよう
27 弁当 有・無	28 弁当 有・無	29 弁当 有・無	30 弁当 有・無	31 弁当 有・無	【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」にご協力お願いします。	
食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	食事会 体を動かそう(体育館)	食事会 こころリビングワーク	食事会 こころリビングワーク	季節の飾りつけ	★こころリビングワーク★ 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。
スポーツ(体育館)	西区スポーツセンターソフトボール	こころリビングワーク 果実を育てよう	こころの元気プラス② ～役所のことです苦勞しています～			

【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～アルソ

【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。

【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/プチブロック/ナンプレ/ワー

★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時までです。

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。
 (こころリビング082-279-5004)

こころリビング 2025年7月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
※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 茄子と鶏肉のヤンニョム風 きゅうりの甘酢醤油漬け オニオンスープ	2 きゅうりとピクルスの 簡単混ぜ寿司 ピーマンの丸ごと グリル焼き	3 ピクニックに行こう	4 担当職員が考えた メニュー 和食編	5 梅とおかかの釜玉うどん ミョウガの天ぷらと とり天
6 豚こまと夏野菜カレー ヨーグルト1個	7 七夕祭り	8 炒り卵と漬物の混ぜご飯 茄子と南瓜の天ぷら 味噌汁	9 担当職員が考えた メニュー 中華編	10 ハンバーグ きゅうりとパプリカの ポテトサラダ 玉子スープ	11 茄子の梅味噌焼きご飯 ごぼうサラダ	12 そうめん 肉巻きフライ
13 マーボ丼 野菜スープ	14 担当職員が考えたメニュー ピリ辛韓国風編	15 青菜のご飯 レンジ鶏つくねの バターボン酢 かきたま汁	16 鶏もも肉のさっぱり 照り焼き いんげんと油揚げの 甘辛煮	17 野菜にぎやかブルコギ 卵子スープ	18 ミナモア 散策	19 冷やし中華 ちくわとカニカマの竜田焼
20 海鮮あんかけチャーハン チンゲン菜 きのこのスープ	21 ざっくりつくねの おろし照り焼き レタスの梅オイスター 和え	22 本通りへ行こう	23 肉じゃが トマトときゅうりの 酢の物 味噌汁	24 鶏むね肉と夏野菜の 香味だれかけ 春雨スープ	25 柔らかチキンカツ 豆苗とちくわの 生姜マヨ和え 味噌汁	26 焼きうどん きゅうりとトマトの中華風 サラダ
27 豆腐とカニカマあんかけ丼 スナップエンドウとわかめ の味噌汁	28 メンチカツ おかかどっさりもやし チャンプル	29 アボカドとチーズの ホットドック スムージー アイス1本	30 担当職員が考えた メニュー 夏野菜編	31 豚小こまの味噌炒め サラダ仕立て 玉ねぎと揚げ玉の味噌汁		