

ここリビング 2025年9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	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		6 弁当 有・無	
	食事会	こころリビングワーク	食事会	体を動かそう	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  果実を育てよう 	
	スポーツセンターに行こう！ (Global resortで卓球)		こころリビングワーク		しっとりガトーショコラを作ろう！		食事会の献立を考えよう		生活お役立ち 「節約法について」		こころリビングワーク	
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		13 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	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	食事会  果実を育てよう 	
スポーツ		algo大会		こころリビングワーク		社会資源を知ろう① ～住居探して困ったらどうする？～		ボランティア活動 ～清掃活動～		サンチェリーに行こう！		こころリビングワーク
14 弁当 有・無	15 敬老の日 弁当 有・無		16 弁当 有・無		17 弁当 有・無		18 弁当 有・無		19 弁当 有・無		20 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	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	食事会  果実を育てよう 	
全体ミーティング 一斉清掃・予定立て		こころの元気プラス① ～やめたくてもやめられない～		こころリビングワーク		 パンを作ろう		ゲーム交流会		社会資源を知ろう② ～障害年金について～		映画鑑賞会 
21 弁当 有・無	22 弁当 有・無		23 秋分の日 弁当 有・無		24 弁当 有・無		25 弁当 有・無		26 弁当 有・無		27 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	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	焼肉とクイズ大会 	食事会  果実を育てよう 	
お菓子作り		季節の飾りつけ 買い物		こころリビングワーク		こころの元気プラス② ～働く生活～		ボランティア活動 ～清掃活動～		リラクゼーション	こころリビングワーク	
28 弁当 有・無	29 弁当 有・無		30 弁当 有・無		【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		★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。		【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。		【全体ミーティング】 利用者と職員が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					
スポーツ		季節の飾りつけ		こころリビングワーク								

【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)

こころリビング
 2025年9月
 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1 竹輪ボートお好み焼き カニカマもやしの 塩トロミ炒め	2 ヤンニョム豚小間 ジャガイモのりがけ 卵スープ	3 チキンソテーと パセリライスワンプレート わかめスープ	4 炊き込みご飯 豆腐と豚小間の トロミ炒め なめだけの味噌汁	5 肉巻きなすの味噌 ごまだれ和え 冷たいトマトサラダ もやしとザーサイの 中華スープ	6 サンラーメン チャーハン
7 天津飯 わかめスープ	8 肉団子と春雨の おかずスープ 卵とちくわの塩炒め	9 生姜焼き ほうれんそうなめ草の 白和え 味噌汁	10 ソースそうめん チャンプルー 卵スープ	11 白身魚のフリット にんじんとツナのサラダ	12 豆腐ハンバーグ オクラとちくわの 麺つゆ煮びたし	13 シーフードショート パスタ キノコクリームスープ
14 タコライス 玉子スープ	15 敬老の日 和風チーズハンバーグ かぼちゃのポタージュ	16 鶏むね肉茄子の豆乳 グリーンカレー とまとドレッシングサラダ	17 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	18 トッカルビ 人参、もやし、小松菜の ナムル	19 炊き込みご飯 豆腐と豚小間の とろみ炒め なめ草味噌汁	20 冷やし豆乳担々麺 胡瓜浅漬け
21 生姜炒飯カニカマあんかけ 水餃子スープ	22 鶏もも肉の照り焼き ピリ辛中華風春雨サラダ	23 秋分の日 ハンバーグ マッシュポテト 人参グラッセ コンスープ	24 明太麻婆豆腐丼 餃子 中華スープ	25 厚揚げステーキ カニカマネギボン酢 スープ	26 BBQとクイズ大会	27 肉詰めピーマン 梅じそ風味 ナスの塩昆布和え
28 円盤キムチギョーザ 焼きめし 中華スープ	29 唐揚げ ポテトサラダ オニオンスープ	30 食パンでホットドック じゃがいもの ポタージュスープ				