

ここりピング 2025年11月プログラム表

利用者氏名

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		【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。		【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。		【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。		★ここりピングワーク★ 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。				1 弁当 有・無	
		食事会		果実を育てよう									
		ここりピングワーク											
2 弁当 有・無		3 文化の日 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	
食事会 西区民まつりへ行こう		食事会 ここりピングワーク		食事会 体を動かそう（体育館）		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 果実を育てよう	
ここりピングワーク		栄養バランスのとれた食事メニューを考えよう		ここりピングワーク		ミサンガを作ろう		こころの元気プラス①～副作用を減らしたい～		社会資源を知ろう 就労継続支援B型事業所 人と人 見学		映画鑑賞会 	
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		14 弁当 有・無		15 弁当 有・無	
食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 体を動かそう（体育館）		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		パンを作ろう 		食事会 ここりピングワーク	
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ろう！		ここりピングワーク		こころの元気プラス②～親なき後の生活～		ボランティア活動～清掃活動～				ピアノコンサート	
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		21 弁当 有・無		22 弁当 有・無	
食事会 ここりピングワーク		紅葉を見に行こう（縮景園） 		食事会 体を動かそう（体育館）		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 果実を育てよう	
ウォーキング				ここりピングワーク		生活お役立ち①～水回りの清掃～		栗のお菓子を作ろう		季節の飾りつけ（買物）		ここりピングワーク	
23 勤労感謝の日 弁当 有・無		24 振替休日 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	
食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 体を動かそう（体育館）		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 ここりピングワーク		食事会 果実を育てよう	
スポーツ（体育館）		季節の飾りつけ		ここりピングワーク		こころの元気プラス③～始めるのがしんどい～		ボランティア活動～清掃活動～		生活お役立ち②～食事の栄養バランスについて～		ここりピングワーク	
30 弁当 有・無													
食事会		【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/											
スポーツ（体育館）		☆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16:00までです。											
		サービス管理責任者		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。 (ここりピング082-279-5004)							

こころびんぐ 2025年11月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
						1 鶏肉の照り焼き だいこんとわかめのお味噌汁
2 豚の味噌バター生姜焼き さつま芋とベーコンの ミルクスープ	3文化の日 豚小間の野菜炒め 中華スープ	4 和風おろしハンバーグ マッシュポテト コンソメスープ	5 鯖の味噌煮 きんぴらレンコン	6 鶏肉とごぼうの煮物 ほうれん草のお浸し	7 麻婆豆腐 たまごスープ	8 豚バラ大根 小松菜と油揚げの煮びたし
9 鰯の南蛮漬け かぼちゃの煮物	10 チキンカツ コールスローサラダ かぼちゃの煮物	11 回鍋肉 わかめスープ	12 鶏肉とキノコの クリーム煮 ひじきと豆腐のサラダ	13 鶏肉の唐揚げ 大根サラダ	14 パンを作ろう	15 さんまのかば焼き丼 豆腐とわかめの味噌汁
16 鶏肉のクリーム煮 蒸し野菜（ブロッコリー、 人参、） バケット	17 紅葉を見に行こう	18 タラと野菜の黒酢あんかけ キノコご飯	19 キーマカレー ひよこ豆とトマトの サラダ ヨーグルト	20 ブリの照り焼き レンコンきんぴら	21 鶏肉とさつま芋の甘辛煮 小松菜のお浸し	22 八宝菜 卵とトマトの中華スープ
23 勤労感謝の日 ミートボールのトマト 煮込み マッシュポテト グリーンサラダ	24振替休日 鮭と野菜のホイル焼き 味噌バター風味 大根とツナサラダ	25 豚肉のピカタキノコソース ブロッコリーとカリフラ ワー温野菜 バケット	26 鶏むね肉の棒棒鶏 中華風わかめスープ	27 シンプルクリーム シチュー かぼちゃのサラダ	28 豚キムチ炒め 豆腐と卵の中華スープ	29 親子丼 味噌汁
30 大根と鶏ひき肉のそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え						