

ここリビング 2025年10 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】 飲み物・帽子等の準備をお願いします。	【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。	1 弁当 有・無	2 弁当 有・無	3 弁当 有・無	4 弁当 有・無
			食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう
			食事会の献立を考えよう	ゲーム交流会	泉美術館 美術鑑賞後お茶をしよう (手帳持参で入館料無料)	ここリビングワーク
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	10 弁当 有・無	11 弁当 有・無
食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 体を動かそう (体育館)	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう
スポーツ (体育館)	中秋の名月 (団子を作ろう)	フレーバークルミを作ろう	カラオケに行こう	ボランティア活動 ～清掃活動～	茶話会	映画鑑賞会
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	17 弁当 有・無	18 弁当 有・無
食事会 ここリビングワーク	食事会 音楽鑑賞	食事会 ここリビングワーク	パンを作ろう ここリビングワーク	道の駅 湖畔の里 福富に行こう 動画鑑賞 皆で感想を！	食事会 ここリビングワーク	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	社会資源を知ろう① ～グループホームについて～	こころの元気プラス① ～聞けなかった薬の話～			社会資源を知ろう② 保健福祉センターについて	ここリビングワーク
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	24 弁当 有・無	25 弁当 有・無
食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 体を動かそう (体育館)	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう
スポーツ (体育館)	生活お役立ちプログラム ～衣替え～	サークルワンに行こう 徒歩で行きます	おはぎを作ろう	ボランティア活動 ～清掃活動～	作品飾り付け 今まで描いた作品を額に入れよう	ここリビングワーク
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	31 弁当 有・無	★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。
食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 体を動かそう (体育館)	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	ハロウィン パーティーを楽しもう ここリビングワーク	
スポーツ (体育館)	さつまいもを食べよう	天風録・書道	こころの元気プラス② ～考え方のくせ～	芸術の秋 好きな絵を描こう！		
【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/ブチブロック/ナンプレ/エクセル/ワード		★お弁当の利用時間★ ○昼食12時～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時迄です。		
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10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 ニラとむきエビのチヂミ 長いもとちくわの海苔和え	2 叩きレンコンと豚肉の 味噌煮 じゃがいもと豆苗のおか か酢和え	3 キノコの焦がし ペペロンチーノ ベーコンときゅうりの サラダ	4 ハヤシライス 胡瓜とカニカマのサラダ
5 栗ご飯 豚バラ大根甘辛煮	6 厚揚げの オイスターソース風味 チンゲン菜とハムの 胡麻和え	7 鶏肉の炊き込みご飯 水菜としめじお揚げの煮物	8 ハンバーグロコモコ丼 オニオンスープ	9 豚カツ きゅうりとカニカマ ゆかり和え	10 回鍋肉 卵スープ	11 鶏ごぼうの香ばしい 炊き込みご飯 焼き魚 茄子の味噌汁
12 揚げ中華 わかめのザーサイ和え	13 レンコン、豚バラの 辛子醤油炒め かきたま汁	14 親子丼 ブロッコリーとちくわの 胡麻和え 鶏ときのこの汁椀	15 パンを作ろう	16 道の駅 湖畔の宿 福富に行こう	17 鶏肉とレンコンの梅バター 照り焼き 茄子の味噌汁	18 ふっくら親子丼 しめじの味噌汁
19 パン ミラノ風カツレツ プレート スープ	20 中華風豚天のニラタレかけ 叩ききゅうり	21 レンコン豚肉の辛し 醤油炒め 茄子とツナの青じそ風味	22 さつま芋と栗ご飯 蒸しふろふき大根の 柚子味噌掛け	23 ハムカツ ポテトサラダ	24 胡麻だれ豚しゃぶ じゃがいもと人参の味噌汁	25 鶏そぼろの混ぜご飯 じゃがいもとツナのサツ煮
26 カルボナーラ ブロッコリーとトマトの サラダ	27 鶏もも肉の照り焼き 胡瓜の酢の物	28 和風麻婆豆腐 キャベツとハムの マスタード風味	29 鶏ささみの梅しそ天 オニオンライスと オクラ納豆	30 キノコと豚バラ 白菜の煮物 キャベツと油揚げの 胡麻和え	31 ハロウィーンパーティーを 楽しみませんか	