



2024年 9月



月

火

水

木

金

土 日

日付													
午前	10:00~12:00												1
午後	13:00~14:40											お休み	

日付		2	3	4	5	6	7	8
午前	10:00~12:00	生活プログラム 買い物	むすびファーム	生活プログラム 整理整頓について学ぼう	軽運動(ウォーキング) 近くの寺院巡りに行こう	学習会 上手な頼み方	お休み	
午後	13:00~14:40	軽運動 椅子ヨガ/ストレッチ	創作活動/個別活動	室内レク テーブルゲームをしよう	創作活動/個別活動	コミュ会 みんなで話をしよう①		

日付		9	10	11	12	13	14	15
午前	10:00~12:00	郊外活動(クリーン活動) むすびカレッジの周辺のゴミ拾い	むすびファーム	学習会 健康管理(睡眠について)	郊外活動 古閑裕而記念館へ行こう	学習会 からだによい食事のとり方	お休み	
午後	13:00~14:40	軽運動 からだすっきり体操	創作活動/個別活動	室内レク モルックをしよう	コミュ会 みんなで話をしよう②	創作活動/個別活動		

日付		16	17	18	19	20	21	22
午前	10:00~12:00		調理計画 何を作るか考えよう	生活プログラム(買い物) 近くのお店に買いに行こう	調理 持ち物:エプロン・三角巾・マスク	生活プログラム ライフスキルについて	お休み	
午後	13:00~14:40		調理計画 何を作るか考えよう	創作活動/個別活動		室内レク テーブルゲームをしよう		

日付		23	24	25	26	27	28	29
午前	10:00~12:00		郊外活動(クリーン活動) むすびカレッジの周辺のゴミ拾い	コミュ会 見たい映画について話そう	生活プログラム DVDを借りにゲオへ行こう	イベント むすびカレッジで映画を観よう	お休み	
午後	13:00~14:40		創作活動/個別活動	室内レク ポッチャをしよう	イベントの準備			

日付		30
午前	10:00~12:00	郊外活動(クリーン活動) むすびカレッジの周辺のゴミ拾い
午後	13:00~14:40	軽運動 からだすっきり体操

【自立訓練プログラム】

- ・生活プログラム:生活する上で必要なスキルを実際に行いながら学びます。(家事活動・整理整頓・買い物・調理・居宅訪問等)
- ・学習会:健康管理、金銭管理、衛生管理、社会的マナー等を学びます。
- ・軽運動:屋外または屋内にて身体を動かします。(動きやすい服装で!)
- ・むすびファーム:畑で作業を行います。(動きやすい服装で!)
- ・室内レク:参加型のゲーム等を行います。
- ・コミュ会:お茶を飲みながら会話を楽しむ時間です。



一日の流れ

開所	9:30
朝礼	10:00
午前活動	10:05~12:00
お昼休み	12:00~13:00
午後活動	13:00~14:40
終礼	15:00
退所時間	15:30

※天候や利用者の方の状況に合わせて、活動の変更があります
※その日のスタッフの人数によって活動が変わることがあります

