



2024年 9月



月

火

水

木

金

土 日

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

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		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		むすびカレッジで映画を観よう			

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

