

2025年 (R7) 12月のプログラム予定表

2Fスタッフ室 042-373-7711

	月	火	木	金
午前	1	2	4	5
	個人作業 パンとお菓子 ハムチーズマヨ編みパン	パソコン研修 いきテク ハローワークについて	個人作業 模擬喫茶 音楽広場 音楽鑑賞・合奏・合唱	ミーティング全体会 個人作業 グループ活動 レクコミュ 😊
午後	個人作業 ともマナ 「健康教育プログラム」 ストレス対処（基礎編）	個人作業 模擬喫茶 アート 【消しゴムハンコ】	パソコン研修 グループ活動 ふらばーるバレー 😊	個人作業 多摩総CES アクティブスポーツ ペタグ & フリースポーツ
	8	9	11	12
午前	個人作業 パンとお菓子 ブッシュドノエル	パソコン研修 SST	個人作業 模擬喫茶 音楽広場 ♪みんなで歌おう会♪	個人作業 グループ活動 予定決め クリスマス準備
	グループ活動 散歩			
午後	個人作業 ともマナ 「ヨーガ療法」	個人作業 模擬喫茶 アート 【消しゴムハンコ】	パソコン研修 グループ活動 ふらばーるバレー 😊	個人作業 多摩総CES アクティブスポーツ（予定決め）リラ テニス&フリースポーツ
	15	16	18	19
午前	個人作業 パンとお菓子あんぱん	パソコン研修 SST	個人作業 模擬喫茶 音楽広場 音楽鑑賞・合奏・合唱	個人作業 グループ活動 講師創作
	グループ活動 😊 室内ゲーム 麻雀+α			
午後	個人作業 ともマナ 栄養講座 「やっぱり大事、朝ごはん」	個人作業 模擬喫茶 アート 【消しゴムハンコ】	忘年レク	個人作業 みんなでやろうよ 多摩総CES アクティブスポーツ バレーミツツ&フリースポーツ
	22	23	25	26
午前	個人作業 みんなでやろうよ (講師創作)	パソコン研修 SST	個人作業 模擬喫茶 音楽広場 音楽鑑賞・合奏・合唱	個人作業 グループ活動 大そうじ
	グループ活動 クリスマスパーティー			
午後	個人作業 ともマナ マナー講座 「暮らし方のマナー」	個人作業 模擬喫茶 アート 【消しゴムハンコ】	パソコン研修 グループ活動 キックベース盤 😊 多摩総CES事後学習会	個人作業 アクティブスポーツ ユホック&フリースポーツ
午前				
午後	<p>新年は1月5日（月）から始まります</p>			



→初めてグループ活動に参加する時は②の活動の体験からはじめましょう。