

2026年(R8) 1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				
午後				
	5	6	8	9
午前	個人作業 パンとお菓子 レーズンパン グループ活動 初もうで&正月遊び	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 テーマトーク
午後	個人作業 ともマナ Dr.講座 「精神科で使う薬について②」	個人作業 模擬喫茶 アート【陶芸】	パソコン研修 グループ活動 キックベース盤	個人作業 アクティブスポーツ 【パドミソフ&フリースポーツ】
	12	13	15	16
午前		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 予定決め、買い出し
午後	成人の日	個人作業 模擬喫茶 アート【陶芸】	パソコン研修 グループ活動 ディスグッター+α	個人作業 多摩総CES事前学習会 アクティブスポーツ【予定決め+キヤッチャール&フリースポーツ】
	19	20	22	23
午前	個人作業 パンとお菓子 ティラミス グループ活動 動物とふれあおう	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 新年会
午後	個人作業 ともマナ 栄養講座 「バランスよく食べる3つのポイント」	個人作業 みんなでやろうよ 模擬喫茶 アート【陶芸】	パソコン研修 いきテク 特例子会社見学	個人作業 多摩総CES アクティブスポーツ 【フリビー- &フリースポーツ】
	26	27	29	30
午前	個人作業 パンとお菓子 クロワッサン グループ活動 ゲーム大会	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 みんなでやろうよ (講師創作) グループ活動 やさしい麻雀
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【陶芸】	パソコン研修 グループ活動 インディアカ①	個人作業 多摩総CES アクティブスポーツ 【パタゴル&フリースポーツ】



→初めてグループ活動に参加する時は①の活動の体験からはじめましょう。