

# ここリビング 2026年4月プログラム表

氏名	
----	--

日	月	火	水	木	金	土
<p>☆日中訓練プログラム☆</p> <p>●健康チェック 9:30～10:00</p> <p>●午前プログラム 10:00～12:00</p> <p>●午後プログラム 13:00～15:00</p>	<p>【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。</p> <p>★買い物★ 毎週(火)16:00～フジ 毎週(水)(金)16:00～アルソ 予約は、前日の16:00までです。</p>		<p>1 弁当 有・無</p> <p>食事会</p> <p>ココリビングワーク</p> <p>ゲーム交流会</p> <p>ココリビングワーク① ～自分で決めちゃだめですか～</p> <p>茶話会</p>	<p>2 弁当 有・無</p> <p>食事会</p> <p>ココリビングワーク</p> <p>SST① ～伝え方～</p>	<p>3 弁当 有・無</p> <p>食事会</p> <p>ココリビングワーク</p> <p>ゲーム交流会</p>	<p>4 弁当 有・無</p> <p>食事会</p> <p>果実を育てよう</p> <p>ココリビングワーク</p>
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	食事会	食事会	食事会	食事会	食事会	食事会
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク
スポーツ	体動かそう	水ようかんを作ろう	社会資源を知ろう 精神保健福祉手帳、自立支援医療	ボランティア活動 ～清掃活動～	桜餅を作ろう	ミサンガを作ろう
ココリビングワーク	ココリビングワーク		茶話会			ココリビングワーク
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	食事会	食事会	食事会	いちご狩り	食事会	食事会
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク
全体ミーティング 一斉清掃・予定立て	体動かそう	イオンタウン楽々園へ行こう	ココリビングワーク② ～ちょっと元気をプラスしたい～	生活お役立ち ～水回りの掃除～	生活お役立ち ～水回りの掃除～	映画鑑賞会
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	茶話会			
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	食事会	食事会	パンを作ろう	食事会	食事会	食事会
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク
スポーツ	体動かそう	季節の飾りつけ 買物	パンを作ろう	ボランティア活動 ～清掃活動～	SST② ～断り方～	果実を育てよう
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク				ココリビングワーク
26 弁当 有・無	27 弁当 有・無	28 弁当 有・無	29 昭和の日 弁当 有・無	30 弁当 有・無	★ココリビングワーク★ 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いくワークです。	
食事会	食事会	食事会	食事会	食事会	【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。	
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	
スポーツ	体動かそう	季節の飾りつけ	買い物の仕方 ～スーパー編～	読書の時間	ココリビングワーク	
ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	ココリビングワーク	

【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/漢字問題

★お弁当の利用時間★  
○昼食12時15分～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。事務所でお渡します。  
注文・キャンセルの締切は、昼食・夕食ともに前日の16:00までです。

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 2026年4月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
			1 豚の生姜焼き 味噌汁	2 酢豚風の甘辛炒め 中華スープ	3 焼きそば かきたま汁	4 三色そばろ丼 じゃがいもの 煮っころがし お吸い物
5 鶏の照り焼き ポテトサラダ	6 鶏つくね焼き けんちん汁	7 麻婆豆腐 春雨サラダ	8 チキンカツ 新玉ねぎスープ	9 そら豆とハムの 炊き込みご飯 春キャベツの肉巻き ワカメの味噌汁	10 オムレツ 新じゃがのコンソメ煮	11 ミートソースパスタ コンソメスープ
12 鶏天ぷら 筍ご飯 味噌汁	13 鶏もも肉のさっぱり 照り焼き みたらしじゃがいも	14 キャベツと豚肉の みそ炒め わかめスープ	15 肉じゃが ほうれん草のお浸し	16 いちご狩り	17 和風スパゲティ キャベツのスープ	18 豚丼 なめたけの味噌汁
19 豆腐ハンバーグ アスパラの胡麻和え	20 クリームシチュー 春キャベツサラダ	21 肉団子の甘酢和え かぼちゃの煮つけ	22 パンを作ろう	23 豚骨の中華そば 餃子・キムチ	24 きつねうどん 鶏のさっぱり焼き	25 親子丼 キャベツの浅漬け
26 炊き込みご飯 ほうれん草の卵和え	27 カレーライス コールスロー	28 広島風お好み焼き	29 唐揚げ(おろしポン酢) 和風サラダ	30 スタミナ炒め 大根の味噌汁		