

ここリビング 2026年3月プログラム表



氏名	
----	--

日	月	火	水	木	金	土	
1 弁当 有・無	2 弁当 有・無	3 弁当 有・無	4 弁当 有・無	5 弁当 有・無	6 弁当 有・無	7 弁当 有・無	
食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	ひな祭り 体を動かそう	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう	
スポーツ	食事会の献立を考えよう	買い物の仕方 ～ドラッグストア～	ゲーム交流会	SST① ～相手への頼み方～	ここリビングワーク		
8 弁当 有・無	9 弁当 有・無	10 弁当 有・無	11 弁当 有・無	12 弁当 有・無	13 弁当 有・無	14 弁当 有・無	
食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう	食事会 体を動かそう	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 創作活動 タッセル作り	
全体ミーティング 一斉清掃・予定立て	香り袋を作ろう & スムージーを作ろう	ここリビングワーク	こころの元気プラス① ～私のSOSに備える～	ボランティア活動 ～清掃活動～	ホットケーキを作ろう	ここリビングワーク	
15 弁当 有・無	16 弁当 有・無	17 弁当 有・無	18 弁当 有・無	19 弁当 有・無	20 春分の日 弁当 有・無	21 弁当 有・無	
食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう 音楽鑑賞	食事会 ここリビングワーク	パンを作ろう	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	
スポーツ	体を動かそう ここリビングワーク	季節の飾りつけ 買い物	社会資源を知ろう ～居宅介護と短期入所～	茶話会	映画鑑賞会		
22 弁当 有・無	23 弁当 有・無	24 弁当 有・無	25 弁当 有・無	26 弁当 有・無	27 弁当 有・無	28 弁当 有・無	
食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう 音楽鑑賞	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 ここリビングワーク	食事会 果実を育てよう	
スポーツ	体を動かそう ここリビングワーク	こころの元気プラス② ～みんなが不安～	季節の飾りつけ	ボランティア活動 ～清掃活動～	SST② ～謝り方～	ここリビングワーク	
29 弁当 有・無	30 弁当 有・無	31 弁当 有・無	★日中訓練プログラム★ ●健康チェック 9:30～10:00 ●午前プログラム 10:00～12:00 ●午後プログラム 13:00～15:00		【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。 ★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。	★ここリビングワーク★ 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行くワークです。	【全体ミーティング】 利用者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」にご協力をお願いします。
【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3月 食事会献立表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
豚肉と菜の花の ペペロンチーノ コンソメスープ	鶏肉とアスパラの レモンバター焼き 新玉ねぎのマリネ	ひな祭り	新じゃがの ジャーマンポーク キャベツの味噌汁	カレーライス 野菜サラダ	豚肉と春キャベツの ガパオ風ご飯 卵スープ	麻婆丼 中華スープ
8	9	10	11	12	13	14
あんかけうどん ちくわの磯辺焼き	タケノコ入り鶏つくね 豆腐味噌汁	新玉ねぎの肉巻き(豚肉) 小松菜のお浸し	炊き込みご飯 ほうれん草の胡麻和え	豆腐ハンバーグ 青菜の煮浸し	春キャベツたっぷりの 回鍋肉 中華スープ	ハヤシライス サラダ
15	16	17	18	19	20	21
鶏むね肉のチキンカツ 春キャベツ和え トマトスープ	ラーメン 餃子	豚肉と新じゃがの 韓国風炒め わかめスープ	パンを作ろう	肉じゃが 小松菜の煮びたし 味噌汁	カルボナーラ サラダ コーンスープ	野菜と肉団子の甘辛煮 人参サラダ スープ
22	23	24	25	26	27	28
春の親子丼(新玉ねぎ) 胡瓜の漬物 味噌汁	チキン南蛮 ツナマヨポテトサラダ スープ	魚のソテー ほうれん草の胡麻和え 味噌汁	唐揚げ 春さめサラダ コーンスープ	タケノコご飯 こんにゃくの甘辛煮 すまし汁	オムライス オニオンスープ	豚肉とスナップエンドの カレー炒め 味噌汁
29	30	31				
キーマカレー サラダ	豚肉と春キャベツの 塩だれ丼 わかめスープ	花見に行こう				