

# ミニなでしこ 予定表 10月

	日	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
給食			中華そば	鶏のパン粉焼き	焼き魚	ビビンバ風丼	健康・福祉フェア はっぴ〜カーニバル 10:30~1:00
午前			10:30~11:30 ボードゲーム	10:30~12:00 お楽しみレシピ (サンドイッチ) ¥	10:30~12:00 簡単レシピ ¥	10:30~11:30 増田先生の体操	
午後			11:00~3:00 利用者部会 (グリコピア)	12:30~1:30 ケラピータイム	1:30~3:00 うたごえ喫茶(Rico)	12:30~1:30 英語	西神中央プレんティ広場
			1:00~3:00 カラオケ	2:00~3:00 音楽鑑賞		2:00~2:30 *施設内清掃	「10:30 ミニ出発」 ¥
	6	7	8	9	10★給料日	11	12
給食		三色丼	とんかつ	焼き魚	鶏のネギソースかけ	ドライカレー	【9:30~1:00開所】
午前		10:30~12:30 外食会 (たこの家 イズミヤ)	10:30~12:00 お楽しみレシピ (パスタ) ¥	10:30~12:00 お楽しみレシピ (カレー) ¥	10:30~11:00 *メンバー自治会 11:00~11:15 *作業ミーティング	10:30~12:00 お楽しみレシピ (冷しゃぶ) ¥	昼食会
午後		12:30~1:30 ウォーキング	1:00~3:00 YouTube鑑賞会	12:30~1:30 脳トレ 2:30~3:00 *厨房ミーティング	1:00~3:00ソフトバレーボール (原リハスポーツ交流館) 1時閉館 (ひきこもり講座のため)	1:00~2:00 脳トレ 1:30~2:30 クラウン活動	ハンバーグ ¥300
	13	14	15	16	17	18	19
給食	支援する会 海が見える道 ウォーク	スポーツの日	きつねうどん	タンドリーチキン	魚フライ	牛のマーマレード和え	【9:30~1:00開所】
午前			10:30~11:30 朝のつどい	10:30~11:30 脳トレ	10:30~12:00 簡単レシピ ¥	10:30~12:00 お楽しみレシピ (オムライス) ¥	昼食会
午後	明石駅 南側 神姫バス案内場前 9:50集合		12:30~1:30 パソコン入力 2:00~3:00 音楽サークル	12:30~1:30 ケラピータイム 2:00~3:00小河Drの個別相談	1:30~3:00 うたごえ喫茶(Rico)	1:00~2:00 ボードゲーム 1:30~2:30 クラウン活動	豚丼 ¥300
	20	21	22	23	24	25	26
給食		カレーライス	豚のおろしかけ	魚の包み焼き	ささみカツ	鶏の照り焼き丼	【9:30~1:00開所】
午前		10:30~11:30 朝のつどい	10:30~11:30 近澤先生リラクセーション	10:30~12:00 お楽しみレシピ (マーボー豆腐) ¥	10:30~12:00 簡単レシピ ¥	10:30~11:30 脳トレ	昼食会
午後		12:30~1:30 お菓子作り (白玉団子) 2:00~3:00 リカパリーの集い	12:30~1:30 ボードゲーム 2:00~2:30 *喫茶ミーティング	1:30~2:30 宮軒先生の勉強会 「しんどい時の対処法について」	1:00~3:00 YouTube鑑賞会	12:30~1:30 フルーツを食べる会 ¥ 2:00~3:00 *メンバー役員会	鶏の照り焼き ¥300
	27	28	29	30	31	【開所時間】 (月~金)9:00~3:00 (土)9:30~1:00 【予定】 ◎5日(土)はっぴ〜カーニバル 「西神中央プレんティ広場」 ◎7日(月)外食会「たこの家」 ※イズミヤ内 ◎23日(水)宮軒先生の勉強会 「しんどい時の対処法について」	
給食		ミートローフ	魚の煮付け	ビビンバ風丼	山菜そば		
午前		10:30~11:00 健康チェック 11:15~12:00 朝のつどい	10:30~12:00 お楽しみレシピ (お好み焼き) ¥	10:30~12:00 お楽しみレシピ (野菜炒め) ¥	10:30~11:30 今月の振り返り		
午後		1:00~1:45 ケラピータイム 2:00~2:30 YUME HOMEチャンネル	12:30~1:30 ボードゲーム	12:30~1:30 脳トレ 2時閉館 (職員会議のため)	1:00~2:00 ミニなでしこ ダーツ大会		