

# ミニなでしこ 予定表 1 月

|    | 日                                                                                                                                                                                                                                                 | 月                                                                                                   | 火                                                                                       | 水                                                                             | 木                                                                             | 金                                                                                                            | 土                                                             |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
|    | 【開所時間】<br>(月～金)9:00～3:00 (土)9:30～1:00<br>(1日～3日)年始おやすみ<br>4日(日)新春の会 & 初詣 5日(月)仕事始め<br>【予定】<br>◎8日(木)うたごえ喫茶(楽しくみんなで歌いましょう～)<br>◎16日(金)大ゴッホ展「神戸市立博物館」(気分転換に絵を観に行きましょう)<br>◎19日(月)YUMEHOMEチャンネル(他事業所のことを知る機会です!!)<br>◎26日(月)外食会「王将」(久しぶりに外食しに行きましょう) |                                                                                                     |                                                                                         |                                                                               | 1<br>元旦                                                                       | 2<br>年始休み                                                                                                    | 3<br>年始休み                                                     |
|    | 4                                                                                                                                                                                                                                                 | 5                                                                                                   | 6                                                                                       | 7                                                                             | 8                                                                             | 9★給料日                                                                                                        | 10                                                            |
| 給食 | 【9:30～1:00開所】<br>10:00 出発<br>初詣<br>(平野八幡神社)<br>&<br>11:30～<br>新春の会<br>(お雑煮) ¥300                                                                                                                                                                  | 魚の南蛮漬け<br>10:30～11:30<br>朝のつどい<br>12:30～1:30<br>ウォーキング                                              | ハンバーグ<br>10:30～12:00<br>お楽しみレシピ<br>(肉じゃが) ¥<br>1:30～2:30 利用者部会<br>1:00～3:00 カラオケ        | 三色丼<br>10:30～11:30<br>脳トレ<br>12:30～1:30 パソコン入力<br>2:00～3:00 音楽鑑賞              | とんかつ<br>10:30～12:00<br>お楽しみレシピ<br>(そば・うどん) ¥<br>1:30～3:00<br>うたごえ喫茶<br>(Rico) | 山菜そば<br>9:50～ 避難訓練<br>10:30～11:00<br>*メンバー自治会<br>11:00～11:15 *作業ミーティング<br>12:00～1:00 脳トレ<br>1:30～2:30 クラウン活動 | 【9:30～1:00開所】<br>10:00～11:00<br>*軽作業<br>昼食会<br>カレーライス<br>¥300 |
|    | 11                                                                                                                                                                                                                                                | 12                                                                                                  | 13                                                                                      | 14                                                                            | 15                                                                            | 16                                                                                                           | 17                                                            |
| 給食 |                                                                                                                                                                                                                                                   | 成人の日                                                                                                | ピピンバ風丼<br>10:30～11:30<br>朝のつどい<br>12:30～1:30 ボードゲーム<br>2:00～3:00 音楽サークル                 | カレーライス<br>10:30～12:00<br>簡単レシピ ¥<br>12:30～1:30 ウォーキング<br>2:30～3:00 *厨房ミーティング  | 豚のごまドレ<br>10:30～11:30<br>脳トレ<br>1:00～3:00<br>YouTube鑑賞会                       | 魚の包み焼き<br>9:30～1:00 お出かけ<br>(大ゴッホ展)<br>「神戸市立博物館」<br>12:30～1:30<br>フリータイム                                     |                                                               |
|    | 18                                                                                                                                                                                                                                                | 19                                                                                                  | 20                                                                                      | 21                                                                            | 22                                                                            | 23                                                                                                           | 24                                                            |
| 給食 |                                                                                                                                                                                                                                                   | 豚ぶた丼<br>10:30～11:00 健康チェック<br>11:00～12:00 朝のつどい<br>12:30～1:30 ウォーキング<br>2:00～2:30<br>YUME HOMEチャンネル | 焼き魚のおろしかけ<br>10:30～11:30<br>朝のつどい<br>12:30～1:30 お菓子作り<br>(ぜんざい) ¥<br>2時半閉館<br>(職員会議のため) | タンドリーチキン<br>10:30～12:00<br>簡単レシピ ¥<br>12:30～1:30 ボードゲーム<br>2:00～3:00小河Drの個別相談 | とり巾着<br>10:30～12:00<br>お楽しみレシピ<br>(お好み焼き) ¥<br>1:00～2:00<br>ミニなでしこ 室内卓球大会     | 肉うどん<br>10:30～12:00<br>お楽しみレシピ<br>(チャーハン) ¥<br>12:30～1:30 フリータイム<br>12:30～3:30 クラウン活動                        | 【9:30～1:00開所】<br>10:00～11:00<br>*軽作業<br>昼食会<br>豚丼<br>¥300     |
|    | 25                                                                                                                                                                                                                                                | 26                                                                                                  | 27                                                                                      | 28                                                                            | 29                                                                            | 30                                                                                                           | 31                                                            |
| 給食 |                                                                                                                                                                                                                                                   | 魚フライ<br>10:30～12:30 外食会<br>(王将) ¥<br>12:30～1:30<br>フルーツを食べる会 ¥<br>2:00～2:30 *喫茶ミーティング               | 豆腐バーグのあんかけ丼<br>10:30～11:30<br>近澤先生リラクセーション<br>12:30～1:30 パソコン入力<br>2:00～3:00 *メンバー役員会   | ミートローフ<br>10:30～12:00<br>簡単レシピ ¥<br>1:30～2:30<br>宮軒先生の勉強会<br>「しんどい時の対処について」   | チキンの照り焼き<br>10:30～11:30<br>英語<br>12:30～1:30<br>フリータイム                         | ドライカレー<br>10:30～11:30<br>増田先生の体操<br>12:30～1:30 今月の振り返り<br>2:00～3:00 リカバリーの集い                                 |                                                               |