

10 2025
October



プログラム予定表

自立訓練てんとうむし北本

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		【3コマ目】 アイロンビーズ作り	【3コマ目】 音楽プログラム 音楽鑑賞会♪	【3コマ目】 ミニスポーツ 卓球🏓	休	休
6	7	8	9	10	11	12
【3コマ目】 軽作業の日	【3コマ目】 創作活動 「秋を描こう🍁」	【3コマ目】 グループワーク 憲法について考えよう②	【3コマ目】 グループワーク ～脳トレ～	【3コマ目】 ミニスポーツ モルック	休	休
13	14	15	16	17	18	19
【3コマ目】 テイクアウトイベント	【3コマ目】 運動プログラム Switch🎮	【13：30～14：30】 特別プログラム ーウクレレ教室ー	【3・4コマ目】 映画鑑賞会🎬	【13：30～14：30】 特別プログラム 就労準備講座 「コミュニケーションと ストレス対処法」	休	休
20	21	22	23	24	25	26
【3コマ目】 音楽プログラム みんなで合唱練習🎵	【3コマ目】 食生活講座 「魚のトリビア」 【14：00～14：30】 避難訓練	【4コマ目】 アートセラピー	【13：15～13：45】 管理栄養士による 「栄養・運動講座」 & マインドフルネス	【3コマ目】 軽作業の日	休	休
27	28	29	30	31		
【3コマ目】 音楽プログラム ウクレレ練習会	【3コマ目】 ゲーム大会☆	【10：00～13：00】 クッキングイベント 蕎麦打ち 「十割蕎麦」	【3コマ目】 ミニスポーツ 卓球🏓	【3コマ目】 ハワイアンライブ 鑑賞会🎶		

プログラム時間

<1コマ目> 10：10～11：00
<2コマ目> 11：10～12：00
<3コマ目> 12：50～13：40
<4コマ目> 13：50～14：40

★ 10/21(火) 14：00～14：30…消防署立ち会いのもとで避難訓練を実施します。
★ 10/29(水) ※特別プログラム※ 蕎麦打ちの見学は10：00から開始します。
< 11月のスケジュール >
★ 11/19(水) ※特別プログラム※ 発声法を予定しています！