デイケアとも 月間プログラム 【 2026.10】

※内容が変更・中止になる場合があります。ご了承ください。

	月曜日		火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
9:15	開所							
9:30～	※ 12日(月)は祝日ためお休みです デイケア、午前ショートケア開始							
9:35	ラジオ体操 ＆ 朝の会							
9:50～ 10:50	パソコン教室 【1グループ】 9:55～10:50		卓球	リラックス･アロマ	お散歩の会	卓球	サタデークッキング 3日:［鯖の塩焼き］［けんちん汁］ 10日:［回鍋肉］＋ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ 17日:［麻婆豆腐］［炒飯］ 24日:［八宝菜］ 31日:［きのこﾊﾟｽﾀ］	
11:00～ 12:00	パソコン教室 【2グループ】 11:00～11:55	脳トレ	お茶	合唱&カラオケ	園芸	脳トレ		
12:00～	昼食		6日:昼休み企画 『ﾏｸﾄﾞﾅﾙﾄﾞで昼食作り』 13日:昼休み企画 『茶葉から淹れる紅茶』	7日: ｻﾂﾏｲﾓ収穫会(1日:外出) 21日:昼休み企画 『ﾋﾟｻﾞﾊｯﾄで昼食作り』 28日:昼休み企画 『丁寧に淹れるｺｰﾋｰ』	29日:ﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰ(1日:外出) ・事前の申し込みが必要 ・雨天時は11/5(木)に延期 8日:昼休み企画 『丁寧に淹れるｺｰﾋｰ』	16日:昼休み企画 『ﾏｸﾄﾞﾅﾙﾄﾞで昼食作り』 23日:昼休み企画 『茶葉から淹れる紅茶』		
12:30	午前ショートケア終了 午後ショートケア開始							
13:00～	昼の会							
13:30～ 15:00	ボーノ･スイーツの会 (お菓子作り)		古今東西！ 音楽映像鑑賞会♪	14日:ﾐｭｰｼﾞｯｸｶﾌｪ（卓球室） （ｻﾂﾏ芋収穫会予備日） 21日:就労準備ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ 『動画で語ろう!症状と仕事①』 28日:就労準備ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ 『動画で語ろう!症状と仕事②』	心の元気トーク	(13:20～14:05) こころの読書会	革細工 【隔週】 10･17･31日	3日:ｻﾂﾏ芋収穫体験(外出) 24日:西宮市民祭り(外出)	
14:15～ 14:50	ヒーリング･タイム （セルフチョイス＋）		ハーブdeヒーリング	脳トレ	古今東西！ 音楽映像鑑賞会♪	書道	ヒーリング･タイム （セルフチョイス＋）	
15:00～	掃除							
15:30	デイケア・午後ショートケア終了							

★ 昼食注文の都合により、欠席･遅刻時は 9:30までに 必ずご連絡ください。

感染症対策に関するお知らせとお願い

■調理を行うプログラムに参加の際はマスクの持参をお願いします。

■体調によっては不織布マスク着用をお願いしています。

■デイケア入室後の体調確認と手洗いにご協力お願いします。

予定

3日(土) <午後> サツマ芋収穫体験 (外出)
7日(水) <1日> サツマ芋収穫会 (外出)
12日(月) 祝日（スポーツの日）のため休み
14日(水) <午後> ミュージックカフェ(卓球室)
<1日> (サツマ芋収穫会予備日)
21日(水) <午後> 就労準備ミーティング
『動画で語ろう！症状と仕事①』
24日(土) <午後> 西宮市民祭りへ行こう！ (外出)
28日(水) <午後> 就労準備ミーティング
『動画で語ろう！症状と仕事②』
29日(木) <1日> バーベキューへ行こう！(外出)
※雨天時は11/5(木)に延期

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

同好会のご案内

▸ アート文同好会
（土:午後）

▸ 麻雀同好会
（火･水:午前/午後、他）

デイケアともからの
最新のお知らせはこちらで
ご確認下さい ▼

デイケアとも 月間プログラム 【 2026.11】

※内容が変更・中止になる場合があります。ご了承ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:15	開所					
9:30～	デイケア、午前ショートケア開始					
9:35	ラジオ体操 ＆ 朝の会					
9:50～10:50	パソコン教室【1グループ】9:55～10:50	卓球	リラックス・アロマ（ｽﾄﾚｯﾁ＆ｱﾛﾏﾊﾝﾄﾞ浴）	お散歩の会	卓球	サタデークッキング 7日:［和風ハンバーグ］ 14日:［他人うどん］＋ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ 21日:［肉じゃが］［具だくさん味噌汁］ 28日:［天丼］
11:00～12:00	パソコン教室【2グループ】11:00～11:55	お茶 17日:野点(西田公園) ※雨天時は24日に延期	合唱&カラオケ	園芸 ＊王子動物園日程変更になりました 5日:ﾊﾞｰﾍﾞｷｭｰ予備日(1日:外出) 26日:行こう! 王子動物園(1日:外出) ※雨天時は12/3に延期	脳トレ 13日:昼休み企画『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』 20日:昼休み企画『丁寧に淹れるｺｰﾋｰ』 27日:昼休み企画『ﾋﾟｻﾞﾊｯﾄで昼食作り』	
12:00～12:30	9日:昼休み企画『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』 16日:昼休み企画『ﾏｸﾄﾞﾅﾙﾄﾞで昼食作り』	24日:昼休み企画 ①『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』 ②『焼き芋』→野点と重なる場合12/1に延期	11日:昼休み企画『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』	12日:昼休み企画『茶葉から淹れる紅茶』 19日:昼休み企画『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』		21日:昼休み企画『室内ｳｫｰｷﾝｸﾞ』
13:00～						
13:30～15:00	ボーノ・スイーツの会(お菓子作り)	古今東西！音楽映像鑑賞会♪	4日:ｺｽﾓｽ園へ行こう(外出) ﾐｭｰｼﾞｯｸｶﾌｪ 11日:手作りポッキーカフェ 18日:ﾐｭｰｼﾞｯｸｶﾌｪ 25日:就労準備ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ ▶『就労継続支援A型事業所見学（場所未定）』	心の元気トーク	(13:20～14:05) こころの読書会	革細工【隔週】7・21日 14日:ｽﾄﾚｯﾁ＆ﾀﾞﾝｽ 28日:紅葉狩り＆お抹茶体験(外出)
14:15～14:50	ヒーリング・タイム（セルフチョイス＋）	ハーブdeヒーリング	脳トレ	古今東西！音楽映像鑑賞会♪	書道	ヒーリング・タイム（セルフチョイス＋）
15:00～	掃除					
15:30	デイケア・午後ショートケア終了					

※ 3日(火)、23日(月)は祝日ためお休みです

★ 昼食注文の都合により、欠席・遅刻時は 9:30までに 必ずご連絡ください。

感染症対策に関するお知らせとお願い

■調理を行うプログラムに参加の際はマスクの持参をお願いします。

■体調によっては不織布マスク着用をお願いしています。

■デイケア入室後の体調確認と手洗いにご協力お願いします。

予定

3日(火) 祝日（文化の日）のため休み
4日(水) <午後> 武庫川髭の渡しｺｽﾓｽ園へ行こう(外出)
<午後> ミュージックカフェ
5日(木) <1日>（バーベキュー予備日）
11日(水) <午後> 手作りポッキーカフェ
14日(土) <午後> ストレッチ＆ダンス
17日(火) <午前> お茶プログラム 野点(外出:西田公園)
※雨天時は24日(火)に延期
18日(水) <午後> ミュージックカフェ
23日(月) 祝日（勤労感謝の日）のため休み
25日(水) <午後> 就労準備ﾐｰﾃｨﾝｸﾞ
『就労継続支援A型事業所見学(場所未定)』
26日(木) <1日> 行こう! 王子動物園(外出) ※雨天時は12/3(木)へ
28日(土) <午後> 紅葉狩り＆お抹茶体験(外出)

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5

同好会のご案内

▶ アート文同好会
（土:午後）

▶ 麻雀同好会
（火・水:午前/午後、他）

デイケアともからの最新のお知らせはこちらでご確認下さい ▼