


1月前半のプログラムの予定 マイファーム

	火		水		木		金		土	
							1		2	
10:00~12:00										
13:10~										
13:30~										
13:30~14:20										
14:30~15:20										
15:30~										
	5		6		7		8		9	
10:00~12:00	11:00~献立を考えよう 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り	昼食作り	昼食作り
13:10~	初詣に行こう！	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
13:30~	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム	のんびりタイム	のんびりタイム
13:30~14:20		駄菓子屋ミーティング 	PC教室 	フォトクラブ 	おしゃべり茶話会 					
14:30~15:20	誕生日会 									
15:30~	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会	帰りの会	帰りの会
	12		13		14		15			
10:00~12:00		昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り	昼食作り	昼食作り
13:10~	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操	ラジオ体操	ラジオ体操
13:30~	13:30~つりクラブ 	ハウスクリーニング 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム	のんびりタイム	のんびりタイム	のんびりタイム
13:30~14:20		園芸 	駄菓子屋ミーティング 	戦略的トランプ 						
14:30~15:20										
15:30~	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会	帰りの会	帰りの会

個別対応ワークチャレンジ
B型ワークチャレンジ
フードワークチャレンジ
ひだまりワークチャレンジ
北区ワークチャレンジ
就労移行チャレンジ

保留プログラム
栄養相談デー 

1月後半のプログラムの予定 マイファーム

	火		水		木		金		土	
									16	
10:00~12:00									昼食作り 	
13:10~									ラジオ体操 	
									ハウスクリーニング 	
13:30~									のんびりタイム 	
13:30~14:20									ライフパートナーの会 	
14:30~15:20										
15:30~									帰りの会 	
	19		20		21		22		23	
10:00~12:00	11:00~献立を考えよう 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 			
13:10~	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 			
	ハウスクリーニング 									
13:30~	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 			
13:30~14:20	リカバリーの会 	絵を描こう 	PC教室 	大塚を知ろう 	おしゃべり茶話会 					
14:30~15:20										
15:30~	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 			
	26		27		28		29		30	
10:00~12:00	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 	昼食作り 			
13:10~	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 	ラジオ体操 			
	13:30~温泉に行こう 					ハウスクリーニング 				
13:30~	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 	のんびりタイム 			
13:30~14:20		おもちゃ作り 	卓球 	おしゃべりタイム 	おしゃべり茶話会 					
14:30~15:20										
15:30~	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 	帰りの会 			

個別対応ワークチャレンジ
B型ワークチャレンジ
フードワークチャレンジ
ひだまりワークチャレンジ
北区ワークチャレンジ
就労移行チャレンジ

保留プログラム
栄養相談デー 