

# リカバリー支援施設ふれんず 2022年 11月プログラム

プログラムは、変更されることがあります。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
午前		生活研究 ライフスキル 献立の たてかた	今月の目標を たてよう	休館日	太極拳 (木下先生)	休館日
午後		運針 クッキングで 使う布巾作り	家事の種類 その① 掃除編		創作	
	7	8	9	10	11	12
午前	気になる トピック	脳トレ 字発見ゲーム 言葉作りゲーム	墨流し	近所の散歩	書道	休館日
午後	マイナンバー カードとは	こころの交流	メニュー(豚汁) 篆刻	曼荼羅塗り絵	みんなで 音楽鑑賞	
	14	15	16	17	18	19
午前	体調管理 自律神経を整 える	金銭管理 暮らしにかかる お金たち	調理	いろいろな指先 トレーニング はしつかみ ゲーム	太極拳 (木下先生)	休館日
午後	身体を動かそう (財津先生)	曼荼羅塗り絵	反省会 寒くなる前の 準備	生活リズム 振り返りと改善	書道	
	21	22	23	24	25	26
午前	みんなで クイズ	不動産 間取りを見てみ よう	休館日	パソコン練習	スクラッチ アート	休館日
午後	クリスマス リース作り	当事者研究		お茶会	魂 (藤原先生)	
	28	29	30	 <p>11月というと、日に日に気温が下がり、冬の便りとも言えるのが『木枯らし1号』がやってきます。木枯らしとは、晩秋から初冬にかけて吹く冷たい北よりの強風のこと、木を吹き枯らすということからきた呼び名です。風邪などひかず、暖かくしましょうね。 木枯し紋次郎</p>		
午前	クリスマス リース作り	クリスマスツ リーを飾ろう	家事の種類 その② 洗濯編			
午後	散歩 大船観音	今月の 振り返り	自由時間			