

# 2026年3月

## ゆいのもりわかば 生活訓練プログラム表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1	2  アキシマエンススまで散歩	3  わかめご飯と豚肉野菜定食	4  ちょいムズ折り紙	5  音楽鑑賞会	6  あなたはどっち派? 選んでトーク	7
午後		フリータイム ※生訓室使用不可	作業体験・缶バッヂ	みんなでヨガ	フリータイム【プラモデルを作ろう】	作業体験・缶バッヂ	
午前	8	9  病気の勉強会「双極性障害治療編」	10  中国茶をたしなむ会	11  喫茶森まで散歩	12  家計すごろく	13  ヨガ&有酸素運動	14
午後		フリータイム ※生訓室使用不可	作業体験・缶バッヂ	フリータイム【プラモデルを作ろう】	ボタニカルキャンドル作ろう	作業体験・缶バッヂ	
午前	15	16  こころのリカバリー講座「ACT療法」	17  大人の塗り絵(イラストも可)	18  みんなでヨガ	19  ゲーム大会	20 <b>法人合同もちつき</b>	21
午後		フリータイム ※生訓室使用不可	ワークアップ羽村見学	作業体験・缶バッヂ	フリータイム【プラモデルを作ろう】		
午前	22	23  健康マージャン	24  脳トレ!	25  社会参加ステップ「電話をかけてみよう」	26  ヨガ&有酸素運動	27  映画鑑賞会	28
午後		フリータイム ※生訓室使用不可	作業体験・缶バッヂ	春のフルーツサンドづくり	フリータイム【プラモデルを作ろう】	作業体験・缶バッヂ	
午前	29	30	31				
午後							

研究  
 生活  
 コミュニケーション  
 イベント

※土日祝日はお休みです  
 アルパカは近藤不在 | 11(PM外出)・18(休)・26(PM休)