2026年12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 室内ボール運動（動）	2 こころのリカバリー：承認欲求を考える～人からの評価と自分の価値～（知）	3 ちょいムズ折り紙（作）	4 大人の塗り絵＆スクラッチアート（作）	5
午後			作業体験・缶バッチ	ストレッチ＆コグニサイズ（動）	フリータイム	作業体験・缶バッチ	
午前	7	7 病気の勉強会：統合失調症治療編（知）	8 B型見学：いろどり（知）	9 きらきら☆ビーズアート（作）	10 みんなでヨガ（動）	11 推しプレゼン大会！（話）	12
午後		フリータイム	作業体験・缶バッチ	タコ焼き器でクロカンブッシュ風（楽）	フリータイム	作業体験・缶バッチ	
午前	14	14 フェルトでクリスマスオーナメントづくり（作）	15 音楽鑑賞会（話）	16 みんなでヨガ（動）	17 健康マージャン（動）	18 自分発見！性格診断（知）	19
午後		フリータイム	作業体験・缶バッチ	こころのリカバリー：支援者との付き合い方（知）	フリータイム	作業体験・缶バッチ	
午前	21	21 映画鑑賞会（楽）	22 生活研究：ストップ部屋干し臭！洗濯研究（暮）	23 喫茶森まで散歩（動）	24 ゲーム大会（楽）	25 チキンとバターライスのクリスマスランチづくり（暮）	26
午後		フリータイム	作業体験・缶バッチ	ココアをたしなむ会（話）	フリータイム	作業体験・缶バッチ	
午前	28	28 生訓室大掃除（暮）	29	30	31		
午後		フリータイム					

冬休み →

作 作ろう　知 知ろう
動 動こう　楽 楽しもう
話 話そう　暮 暮らそう

メモ　※土日祝日はお休みです

アルパカは近藤不在　3(PM会議)、4(健康診断・PM休)、8(PM学生対応)
10(AMメンバー健診引率)、　14(PM会議)、17(PM休)、