月間スケジュール

名前＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

出勤日を［ ボールペン］で
マークしてください。



コピー済	
皆勤	22日
精勤	19日

2026 11月		終日	1コマ目	2コマ目	昼食	3コマ目	4コマ目
			10:10-11:00	11:10-12:00	12:00-13:00	13:00-13:50	14:00-14:50
1日	日						
2日	月			ウォーキング		部活動	部活動
3日	火						
4日	水					作業トレーニング	
5日	木					グループワーク	
6日	金					心理学講座	心理学講座
7日	土		映画観賞会	映画観賞会		映画観賞会	映画観賞会
8日	日						
9日	月			ウォーキング		部活動	部活動
10日	火					コミュ力UP	ビジネスマナー
11日	水					作業トレーニング	
12日	木					グループワーク	
13日	金					コグトレ	
14日	土					何かするかも？	何かするかも？
15日	日						
16日	月			ウォーキング		部活動	部活動
17日	火					コミュ力UP	ビジネスマナー
18日	水					作業トレーニング	
19日	木					グループワーク	
20日	金					コグトレ	
21日	土					ワークショップ	ワークショップ
22日	日						
23日	月						
24日	火					コミュ力UP	ビジネスマナー
25日	水					作業トレーニング	
26日	木					グループワーク	
27日	金					コグトレ	
28日	土					イベント	イベント
29日	日						
30日	月			ウォーキング		部活動	部活動
31日	火					コミュ力UP	ビジネスマナー

備考

コミュ力アップ（毎週）

他者との会話やグループ活動を通じて、聞く力・伝える力・協調性を楽しく身につけます。

グループワーク（毎週）

テーマに沿って意見交換や話し合いを行い、他者の考えに触れながらコミュニケーション力や協働力を高めます。

ビジネスマナー（毎週）

挨拶や身だしなみ、電話応対などの基本を学び、社会で役立つコミュニケーション力やマナーを身につけます。

認知能力アップ（毎週）

認知能力アップを目的とした「コグトレ」などのプログラムを実施。記憶力や注意力、判断力を楽しく鍛え、日常生活の力を高めます。

作業トレーニング（毎週）

軽作業や手先を使った活動を通じて、集中力や作業スキルを高めながら、達成感や自信を育みます。

心理学講座（月1）

「暮らしに役立つ心理学」をテーマに行います。心の持ち方ひとつで世界の見え方が変わることがあります。ポジティブに物事をとらえ、自分に自信をつけてください。心理カウンセラーが実施します。

ワークショップ（月1）

交流を楽しみながら取り組むワークショップ活動。アイデアを共有し合い、作品づくりや体験を通して、創造力や新たな気づきを育みます。作った作品は持ち帰ることができます。

部活動

利用者さん主体の部活動。楽しみながら交流を深めます。お菓子づくりやボードゲームを通して、主体性やチームワークも育まれます。

イベント（月1）

月に一度の交流イベント。普段関わらない人とも気軽に話せて、新しいつながりが広がります。会話を楽しみながら、視野を広げることができます。

ウォーキング（毎週）

自分のペースで体を動かしながら、会話や季節の景色を楽しみ、体力づくりと心身のリフレッシュ、交流を深めます。