

12月 DECEMBER 2025



曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)
日付	1	2	3	4	5
午前	リラックス 頭の筋トレ	ストレッチ しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング	しゅみの園芸	絵画 SST ～就労編～
午後	くらしの書 FU★A★Nとな かよし	WRAP	燃え魂 頭の筋トレ	手芸部 ピラティス	先生と話そう 遊ぼう
日付	8	9	10	11	12
午前	リラックス 頭の筋トレ	ストレッチ しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング	しゅみの園芸	絵画 SST ～就労編～
午後	くらしの書 FU★A★Nとな かよし	WRAP	燃え魂 頭の筋トレ	手芸部 ヨガ	デイケア シアター館
日付	15	16	17	18	19
午前	リラックス 頭の筋トレ	ストレッチ しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング	しゅみの園芸	絵画 SST ～就労編～
午後	くらしの書 FU★A★Nとな かよし	WRAP	燃え魂 頭の筋トレ	手芸部 ピラティス	みんなで楽しむ Xmas ～いつもありがとう～
日付	22	23	24	25	26
午前	リラックス 頭の筋トレ	ストレッチ しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング	しゅみの園芸	絵画 SST ～就労編～
午後	くらしの書 FU★A★Nとな かよし	WRAP	燃え魂 頭の筋トレ	手芸部 ヨガ	○○大会
日付	29	30	31	年末休み	
午前	デイケア シアター館				
午後	先生と1年を 振り返ろう &燃え魂				

『自主活動』のプログラムは毎日あります。

場所を用意しておりますので、作業など、ご自身でやりたいことを取り組む際に利用できます。

『裏面はプログラムの詳細が載っています』

『自習室』は水色が実施です。文字の背景が黄色のプログラムは、今月から始まる新しいプログ
ラムや特別プログラム、曜日が変更となったプログラムです。