

2 2025
February



プログラム予定表

自立訓練てんとうむし北本

月	火	水	木	金	土	日
					1	2
					休	休
3	4	5	6	7	8	9
【3コマ目】 節分🍱 ～茶話会～	【3コマ目】 食生活講座 「好きチョコレート」	【3コマ目】 Switchで運動！	【3コマ目】 削って楽しい♪ スクラッチアート	【3コマ目】 運動するぞ🏐 ～卓球～	休	休
10	11	12	13	14	15	16
【3コマ目】 リフレーミング 短所を長所に変えたいやき	【3コマ目】 わいわいサロン	【4コマ目】 アートセラピー	【3コマ目】 ゲーム大会☆	【13：15～13：45】 管理栄養士による 「栄養・運動講座」 【4コマ目】 バレンタイン茶話会🍰	休	休
17	18	19	20	21	22	23
【13：30～14：30】 特別プログラム 「同じ漢字でも？」	【3コマ目】 誰でもピカソ🎨 －絵画編－	【13：30～14：30】 特別プログラム －ウクレレ教室－	【3コマ目】 運動するぞ🏐 ～モルック～	【12：00～】 クッキングイベント 「ほうとう鍋」	休	休
24	25	26	27	28		
【3コマ目】 テイクアウトイベント 「たいやき」	【3コマ目】 食生活講座 「朝ごはん」	【13：30～14：30】 特別プログラム －発声法－	【3・4コマ目】 映画鑑賞会🎬	【13：15～13：45】 管理栄養士による 「栄養・運動講座」		

プログラム時間

<1コマ目> 10：10～11：00
<2コマ目> 11：10～12：00
<3コマ目> 12：50～13：40
<4コマ目> 13：50～14：40

<お知らせ>

- ◆ プログラム内容は状況によって変更・延期になる場合があります。
- ◆ 2/26(水)の特別プログラムは体験・見学会を行う予定のため、外部の方も参加されます。