

# なでしこ 活動プログラム表 【2026年 1月】

地域にお住まいの障がいのある方が、日中活動の場として気軽に利用し、ご本人のニーズに合わせて柔軟に通所できるところです。

時間	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
午前	〈ご利用の皆様へ〉 来所前の検温・体調確認、マスク着用のご協力をお願いいたします。	〈開所時間〉 9時～17時 ※水・日曜は休み 〈活動〉 午前（料理）・・・10時～12時 午後（活動）・・・14時～15時 ※クックの予約は、当日の10時までです。				年始休み 
午後						
	5	6	7	8	9	10
午前	(クック) おせち・雑煮・栗羊羹	(クック) 七草粥だし	お休み	(クック) 牛丼	(クック) 鏡開き・せんざい	(クック) カレーライス
午後	初詣植木天満宮へ 茶話会	なでしこミーティング		書道 	食バザー作り (唐揚げ)	DVD鑑賞
	12 	13	14	15	16	17
午前	(クック) 魚料理	(クック) 親子丼・春雨酢の物	お休み	(クック) ボトフ	(クック) 魚料理	(クック) 三色丼
午後	絵手紙教室 13:30～ 配食支援 	創作活動		なでしこミーティング	食バザー作り (中華丼)	DVD鑑賞
	19	20	21	22	23	24
午前	(クック) スープパスタ	(クック) 魚料理	お休み	(クック) 御赤飯	(クック) クリームシチュー	(クック) きつねうどん・高菜飯
午後	おやつ教室 なでしこミーティング	散歩（体力作り）		食バザー準備	食バザー作り (肉団子スープ)	DVD鑑賞
	26	27	28	29	30	31
午前	(クック) ポーカソテー	(クック) ちゃんぽん・おにぎり	お休み	(クック) 焼きそば	(クック) 混ぜご飯	(クック) 魚料理・栗ご飯
午後	おやつ教室	なでしこミーティング		食バザー準備	食バザー作り (カツカレー)	DVD鑑賞



医療法人横田会 地域活動支援センターなでしこ



〒861-0141

熊本県熊本市北区植木町投刀塚295-2

TEL: 096-272-7214