

2026年 2月 I ビリーブ 横浜高島町 月間予定表

◎予定が変わることがあります。早めにお知らせします。

2026.1.23(金)

| | 2(月) | 3(火) | 4(水) | 5(木) | 6(金) | |
|-----------------|------------|-------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|----------------|---------|
| ① 10：00 ～ 10：50 | 作業 | 作業 | スキルアップ youtube/推し/ゲ-ム/その他 | 調理の買い物/作業 | 調理 | 作業/地域清掃 |
| ② 11：00 ～ 12：00 | 地域清掃/IB内清掃 | 生活を考える 節分、恵方巻、ポンポンポッパー | | コミュニケーション 内容は週間予定表にてお知らせ | | |
| ③ 13：10 ～ 14：00 | 映像と音楽と図書館 | カラダほぐし・外出 | (12:00終礼 昼食なし) | お誕生日を祝おう 2/5と2月前半 | 片付け | 清掃、消毒 |
| ④ 14：10 ～ 15：00 | | | | 作業 | (13:30 終了予定) | |
| | 9(月) | 10(火) | 11(水)建国記念日 | 12(木) | 13(金) | |
| ① 10：00 ～ 10：50 | 作業 | 作業 | | 作業 | 地域清掃/IB内清掃 | |
| ② 11：00 ～ 12：00 | 地域清掃/IB内清掃 | 生活を考える 春節について | | 家庭の時間 片づけ 実践編 | カラダほぐし・外出 | |
| ③ 13：10 ～ 14：00 | 映像と音楽と図書館 | カラダほぐし・外出 | | レクリエーション | (12:00終礼 昼食なし) | |
| ④ 14：10 ～ 15：00 | | | | 作業 | | |
| | 16(月) | 17(火) | 18(水) | 19(木) | 20(金) | |
| ① 10：00 ～ 10：50 | 作業 | 作業 | スキルアップ youtube/推し/ゲ-ム/その他 | 調理の買い物/作業 | 調理 | 作業/地域清掃 |
| ② 11：00 ～ 12：00 | 地域清掃/IB内清掃 | セルフケアの時間 気持ちのコントロール 復習&実践編 | | お誕生日を祝おう 2/19と2月後半 | | |
| ③ 13：10 ～ 14：00 | 映像と音楽と図書館 | カラダほぐし・外出 | (12:00終礼 昼食なし) | 【お試し企画】ウォーキング ルート:ガンガン/ゆったり選択制 | 片付け | 清掃、消毒 |
| ④ 14：10 ～ 15：00 | | | | | (13:30 終了予定) | |
| | 23(月)天皇誕生日 | 24(火) | 25(水) | 26(木) | 27(金) | |
| ① 10：00 ～ 10：50 | | 作業 | スキルアップ youtube/推し/ゲ-ム/その他 | 作業 | 地域清掃/IB内清掃 | |
| ② 11：00 ～ 12：00 | | 社会のしくみを知ろう 住まい、グループホーム | | 家庭の時間 内容は週間予定表にてお知らせ | 作業/記録/青ファイル整理 | |
| ③ 13：10 ～ 14：00 | | カラダほぐし・外出 | (12:00終礼 昼食なし) | 漢字クイズ | (12:00終礼 昼食なし) | |
| ④ 14：10 ～ 15：00 | | | | 作業 | | |

《連絡事項》 ◆2/3(火) 生活を考える：節分、恵方巻について 座学、豆まきとポンポンポッパーでのレクを予定しています。

◆2/19(木)【お試し企画】ウォーキングについて

〈ガンガンコース〉体力づくりを目的に 少し距離は長め 〈ゆったりコース〉Iビリーブ周辺をお散歩で気分転換 距離は短め

★目的、体調などに合わせてコースを選びましょう('ω')ノ どちらのコースも、Iビリーブに戻って終礼です。



◎朝は、9:30~9:50の間に通所してください。

◎ 9:50~10:00 は朝礼です。

◎12:00~13:00 はお昼休憩です。

◎13:00~13:10で、消毒と掃除をします。

◎お天気によって当日判断することもあります。

※月曜2限:地域清掃/IB内清掃

※火曜午後:カラダほぐし/外出

※木曜午後:ウォーキング

◎中央図書館休館日:2/24(火)