2026年　11月スケジュール

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		日曜日	
a m9：45～	p m13:15～	a m9：45～	p m13:15～	a m9：45～	p m13:15～	a m9：45～	p m13:15～	a m9：45～	p m13:15～	a m9：45～	p m13:15～	a m	p m
												1 **休み**	
2 脳トレ	健康体操 院内スポーツ	**3** **休み** 文化の日		**4** アート **PC講座**	**書道教室**	**5** 音楽 就労支援	**先生と話そう** **遊ぼう** （カードゲーム）	**6** 自主活動 e-スポーツ 麻雀	**園芸**	**7** **カラオケ大会** **（弁当付き）**	休み	**8** **休み**	
9 脳トレ	健康体操 院内スポーツ	**10** 自主活動 e-スポーツ	カラオケ 卓球	**11** アート **PC講座**	クッキング	**12** 音楽 就労支援	**１３時出発** 運動 **（片コミ）**	**13** 自主活動 e-スポーツ 麻雀	**園芸**	**14** **休み**		**15** **休み**	
16 脳トレ	健康体操 院内スポーツ	**17** 自主活動 e-スポーツ	カラオケ 卓球	**18** アート **PC講座**	間違い探し	**19** 音楽 就労支援	**１３時出発** 運動 **（片コミ）**	**20** 自主活動 e-スポーツ 麻雀	**園芸**	**21** 自主活動 e-スポーツ カラオケ	休み	**22** **休み**	
23 **休み** 勤労感謝の日		**24** 自主活動 e-スポーツ	カラオケ 卓球	**25** アート **PC講座**	クッキング	**26** 音楽 就労支援	**１３時出発** 運動 **（片コミ）**	**27** 自主活動 e-スポーツ 麻雀	**園芸**	**28** **休み**		**29** **休み**	
30 心理 プログラム	**東京都美術館** 健康体操	**【お知らせ】** ・ 7日（土）毎年恒例のカラオケ大会です。お弁当を注文しますので、予約をお願いします。 ・30日（月）東京都美術館に行きます。参加希望の方は予約をお願いします。 ＊急なお休みの連絡はこちらへ☎048-684-8811											