

7月2026

ソフィア スキルアッププログラム



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
28	29	30 11:00 スタート!	1 認知トレーニング コグトレ ～集中力をつけよう～	2 運動 卓球	3 SST ～いろいろな挨拶～	4
5 11:30 スタート!	6 ライフスキル 調理実習 「そうめん」	7 七夕★ ちらし寿司作り 七夕飾りつけ	8 認知トレーニング コグトレ ～見る力をつけよう～	9 社会性 みんなでボードゲーム	10 SST ～知っている人に挨拶 されたら～	11
12 11:00 スタート!	13 ライフスキル 調理実習 「お好み焼き」	14 運動 運動またはeスポーツ	15 認知トレーニング コグトレ ～きく力をつけよう～	16 製菓実習 クッキー作り	17 SST ～ルールについて～	18
19	20 海の日	21 文化活動 ジグソーパズル	22 認知トレーニング コグトレ ～見る力をつけよう～	23 社会性 質問する力を つけよう!	24 SST ～自分の事 対 皆んなと 一緒にやる事～	25
26 11:30 スタート!	27 ライフスキル 調理実習 「ホットドッグ」	28 パソコンスキル 調べ物学習(タブレット) 将来やりたいこと・興味のあるものを調べよう!	29 認知トレーニング コグトレ ～きく力をつけよう～	30 社会性 カードゲーム 会話のきっかけ作り	31 SST ～当番について～	1

実施時間 13:00～14:00の間（約45分）
事前予約をお願いします。当日でも可能な場合がありますので、ご相談ください。