

**シフト表**  
**ヴィストカレッジ金沢駅西口**

**【2026年2月】**

**提出期限：1月8日(木)**

- お申し込みは、**1/8(木)**までにHUGよりお申し込みください。
- 天候等の影響により、予定していたワーク内容が変更となる可能性がございます
- 教室の入室～退室までが支援時間となります。



日曜日			月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日				
<b>1日</b> 冬のゲーム大会 エブリバディ1-2-switch！			<b>2日</b> まんまる鬼ケーキ			<b>3日</b> e-VISST			<b>4日</b> 個別ワークDAY			<b>5日</b> ヒアミーアウトケーキ♪			<b>6日</b> くらしのスキル+カフェ～デートプラン～			<b>7日</b> 恵方巻&鬼ちゃんプリン				
個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容		
14:00- 15:00- 10:00- - 12:00 室内で体を動かしながら遊ぼう！協力しながらいろいろなミニゲームを楽しみましょう♪	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	たこ焼き機でコロコロ転がしてまんまる可愛い鬼のケーキをつくりてみよう！部分にびつたりのスイーツです♪(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	フォールガイズ みんなで楽しめるオールガイズで遊ぼう！最後まで生き残れるかな？	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	個別ワークのみです	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	推し活の新定番！伝代の推し（好きなもの）ピックルを作ってケーキに刺しています。推しの交換＆ケーキのデコレーションの両方が楽しめます♪(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	一線で行動する相手のことを考えて計画を立てることに挑戦します。推しの交換＆ケーキのデコレーションの両方が楽しめます♪(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	くらしのスキル+カフェ～デートプラン～	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	くらしのスキル+カフェ～デートプラン～	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	具だくさんの恵方巻と手作りプリンにデコレーションをした鬼ちゃんプリンを作ります♪(参加費300円)	14:00- 15:00- 10:00- - 13:05 具だくさんの恵方巻と手作りプリンにデコレーションをした鬼ちゃんプリンを作ります♪(参加費300円)		
<b>8日</b> バレンタインイベント チョコレートを買いに行こう！			<b>9日</b> バレンタインスイーツ♡ チョコマフィン			<b>10日</b> ヴィストで部活動 マイクラ部			<b>11日</b> 個別ワークDAY			<b>12日</b> チョコレート風 キーホルダー			<b>13日</b> ヴィストで部活動 マイクラ部			<b>14日</b> バレンタインランチ♡ 煮込みハンバーグプレート				
個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容		
14:00- 15:00- 10:00- - 12:00 チョコレートイベントに行って、予算内で美味しいチョコレートを買うう！(交通費、購入代実費)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	電子レンジで使うできる簡単おいしいメニューです♪抹茶味にアレンジもできます。デコレーションをして可愛いスイーツづくりを楽しもう♪(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～巨大チョコレートづくり＆セイケイマイラ～ブロッケン巨大チョコレートをつくりてみよう！※13日と同じ内容です	10:00- 14:00- 11:00- 15:00- 12:00-	個別ワークのみです	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	バレンタインの時期にぴったり！本物みたいで可愛いチョコレート風のキーホルダーづくりで巨大チョコレートをつくってみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～巨大チョコレートづくり＆セイケイマイラ～ブロッケン巨大チョコレートをつくってみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～巨大チョコレートづくり＆セイケイマイラ～ブロッケン巨大チョコレートをつくってみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～巨大チョコレートづくり＆セイケイマイラ～ブロッケン巨大チョコレートをつくってみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	煮込みハンバーグと副菜、デザートにはチョコレートでお菓子を作ります！どんなんお菓子がお楽しみ♪(参加費300円)	14:00- 15:00- 10:00- - 13:05 煮込みハンバーグと副菜、デザートにはチョコレートでお菓子を作ります！どんなんお菓子がお楽しみ♪(参加費300円)			
<b>15日</b> チョコファンデュ&ペピーカステラ 情報処理検定			<b>16日</b> ヴィストでデイナー会 in 山下本気うどん			<b>17日</b> e-VISST			<b>18日</b> 個別ワークDAY			<b>19日</b> いらすとやクイズ			<b>20日</b> くらしのスキル+カフェ～体調管理・風邪予防～			<b>21日</b> マカラニギラタン				
個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容		
14:00- 15:00- 10:00- - 11:35 ペピーカステラや色々な食材でチョコファンデュを楽しむパーティーです♪(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	(参加費100円)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	北陸初出展！金沢フーラスに新しいオープントした山下本気うどんに行ってみよう！(飲食代実費)	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	Among Us (Roblox版) 大人気の人狼ゲームに挑戦！相手の動きをよく見て詐欺師を見破ろう！詐欺師はがまなく全員を倒してみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	個別ワークのみです	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	利用者さん企画！出題されイラストを見て何を裏しているのか考えてみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	自分の体調不良に気づくことや、風邪を予防する方法についてお伝えします。	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	自分のがまなく全員を倒してみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	自分のがまなく全員を倒してみよう！	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	あつあつ美味しいグラタンを作ってみよう！副菜や汁物も作ります！(参加費300円)	14:00- 15:00- 10:00- - 13:05 あつあつ美味しいグラタンを作ってみよう！副菜や汁物も作ります！(参加費300円)			
<b>22日</b> カラオケを行こう！			<b>23日</b> 利きボテチ大会			<b>24日</b> ヴィストで部活動 マイクラ部			<b>25日</b> 個別ワークDAY			<b>26日</b> 理学療法士の体操教室			<b>27日</b> ヴィストで部活動 マイクラ部			<b>28日</b> けんちん汁&コーンバターシュウご飯				
個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容	個別ワーク	時間	内容		
14:00- 15:00- 10:00- - 13:05 金沢駅東口のカラオケまねきっこに行きます！軽食やおやつをご持参ください(カラオケ代実費必要)	14:00- 15:00- 10:00- - 11:35 金沢駅東口のカラオケまねきっこに行きます！軽食やおやつをご持参ください(カラオケ代実費必要)	(参加費100円)	14:00- 15:00- 10:00- - 11:35 利き企画！色々なボッチを少しずつ食べ比べてしまおう！食感や味の違いに気付けるかな？	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～銃アドオン～銃のアドオンを使用して、いろいろ遊ぼう！※27日と同じ内容です	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	個別ワークのみです	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	遊びや簡単な運動を通して、ゆる～く身体を動かそう！運動が苦手でもOK!動きやすい服装とタオルのご持参をお願いします。	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～銃アドオン～銃のアドオンを使用して、いろいろ遊ぼう！※24日と同じ内容です	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	～銃アドオン～銃のアドオンを使用して、いろいろ遊ぼう！※24日と同じ内容です	14:00- 18:00- 15:00- 17:00- - 16:00- 17:00-	体がぽかぽか温まるんちん汁！以前大好評だったコーンバターシュウゴ飯を作ります♪(参加費300円)	14:00- 15:00- 10:00- - 13:05 体がぽかぽか温まるんちん汁！以前大好評だったコーンバターシュウゴ飯を作ります♪(参加費300円)					



クッキング

外出イベント

教室イベント



◆調理イベントはエプロン・バンダナの持参をお願いします。  
◆「くらしのスキル」「土曜日の調理実習」などで、参加費や実費負担があります。活動詳細をご確認ください。

【お問い合わせ先】ヴィストカレッジ金沢駅西口

TEL : 076-204-7065

営業時間：(平日)11:00-19:30 (土日祝)9:00-17:30



# おすすめ 集団ワーク



2/6(金)17:00-18:35  
2/20(金)17:00-18:35

## ◆2/6(金)『デートプラン』

一緒に行動する相手のことも考えてプランを立てることは様々な場面に応用できます。また、関係性によって異なる「していいこと・してはいけないこと」を知ることも大切です。デートプランを通して学んでみましょう！

## ◆2/20(金)『体調管理・風邪予防』

自分の体調の変化に気づくことや予防のための行動を取ることは意外と難しいものです。体調管理や風邪予防の方法について知り、生活に活かしましょう！

※両日ともカフェタイム代自己負担となります。

## くらしのスキル+カフェ



2/5(木)17:00-18:35

## ヒアミーアウトケーキ



ヒアミーアウトケーキは海外発の“推し告白ケーキ”です♪

ヒアミーアウト（Hear me out）は「ちょっと、最後まで話を聞いて！」という英語の定番フレーズで、手作りの推しピックをケーキに刺していく推しへの熱い想いを表します。

推し（好きなものや人、キャラクター）がいる人、推しについて語りたい人、推し活に興味がある人は是非ご参加ください♪

※参加費100円が必要です。

2/8(日)10:00-12:00

## バレンタインイベント チョコレートを買いに行こう！



毎年恒例のバレンタインイベント！

昨年、一昨年と金沢エムザのバレンタインイベントを行っています。自分用、お家の方へのプレゼントなど、予算内で配分を考えて購入します。お家の方からのおつかいミッションも大歓迎♪ご家庭で「誰のチョコレートを買うか」をご確認の上ご参加いただければと思います。

※交通費・チョコレート購入代は自己負担です。

チョコレート購入代の上限は3000円とさせていただきます。

2/12(木)17:00-17:45

## バレンタイン工作

チョコレート風のモチーフを作ってキーホルダーにします！

シンプルにしても模様をつけても素敵ですね。デザインはお手本をもとに選ぶのも自分で考えるのもOKなので、デザインを考えるのが苦手でも安心してご参加いただけます。

可愛いものが好きな人、工作をしたい人、バレンタインのプレゼントにしたい人にオススメです！



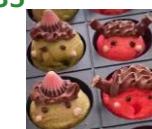
## チョコレート風キーホルダー



## 簡単クッキング

☆2/2(月)17:00-18:35

まんまる鬼ケーキ  
(参加費100円)



☆2/9(月)17:00-18:35

チョコマフィン  
(参加費100円)



☆2/15(日)10:00-11:35

チョコフォンデュ&ベビーカステラ  
(参加費100円)

## ディナー会

☆2/19(月)17:00-18:35

山下本氣うどん  
金沢フォーラス店



## おしゃせ



いつもヴィストカレッジ金沢駅西口をご利用いただき、ありがとうございます。

風邪やインフルエンザ等の流行する時期です。手指の消毒や状況に応じてのマスク着用等のご協力を引き続きよろしくお願ひいたします。

## おしゃせ

- 調理実習にご参加の際はバンダナ・エプロン・マスクをご持参ください。
- 調理したものはお持ち帰りいただけません。
- 実費負担・参加費が必要なものは当日現金でご持参ください。
- 換気や消毒などの感染症対策を講じた上で実施いたします。
- 感染状況など情勢を鑑みて、ワーク内容の変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。

# おすすめ 集団ワーク



2/6(金)17:00-18:35  
2/20(金)17:00-18:35

## ◆2/6(金)『デートプラン』

一緒に行動する相手のことも考えてプランを立てることは様々な場面に応用できます。また、関係性によって異なる「していいこと・してはいけないこと」を知ることも大切です。デートプランを通して学んでみましょう！

## ◆2/20(金)『体調管理・風邪予防』

自分の体調の変化に気づくことや予防のための行動を取ることは意外と難しいものです。体調管理や風邪予防の方法について知り、生活に活かしましょう！

※両日ともカフェタイム代自己負担となります。

## くらしのスキル+カフェ



2/5(木)17:00-18:35

## ヒアミーアウトケーキ



ヒアミーアウトケーキは海外発の“推し告白ケーキ”です♪

ヒアミーアウト（Hear me out）は「ちょっと、最後まで話を聞いて！」という英語の定番フレーズで、手作りの推しピックをケーキに刺していく推しへの熱い想いを表します。

推し（好きなものや人、キャラクター）がいる人、推しについて語りたい人、推し活に興味がある人は是非ご参加ください♪

※参加費100円が必要です。

2/8(日)10:00-12:00

## バレンタインイベント チョコレートを買いに行こう！



毎年恒例のバレンタインイベント！

昨年、一昨年と金沢エムザのバレンタインイベントを行っています。自分用、お家の方へのプレゼントなど、予算内で配分を考えて購入します。お家の方からのおつかいミッションも大歓迎♪ご家庭で「誰のチョコレートを買うか」をご確認の上ご参加いただければと思います。

※交通費・チョコレート購入代は自己負担です。

チョコレート購入代の上限は3000円とさせていただきます。

2/12(木)17:00-17:45

## バレンタイン工作

チョコレート風のモチーフを作ってキーホルダーにします！

シンプルにしても模様をつけても素敵ですね。デザインはお手本をもとに選ぶのも自分で考えるのもOKなので、デザインを考えるのが苦手でも安心してご参加いただけます。

可愛いものが好きな人、工作をしたい人、バレンタインのプレゼントにしたい人にオススメです！



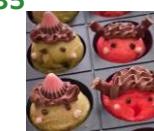
## チョコレート風キーホルダー



## 簡単クッキング

☆2/2(月)17:00-18:35

まんまる鬼ケーキ  
(参加費100円)



☆2/9(月)17:00-18:35

チョコマフィン  
(参加費100円)



☆2/15(日)10:00-11:35

チョコフォンデュ&ベビーカステラ  
(参加費100円)

## ディナー会

☆2/19(月)17:00-18:35

山下本氣うどん  
金沢フォーラス店



## おしゃせ



いつもヴィストカレッジ金沢駅西口をご利用いただき、ありがとうございます。

風邪やインフルエンザ等の流行する時期です。手指の消毒や状況に応じてのマスク着用等のご協力を引き続きよろしくお願ひいたします。

## おしゃせ

- 調理実習にご参加の際はバンダナ・エプロン・マスクをご持参ください。
- 調理したものはお持ち帰りいただけません。
- 実費負担・参加費が必要なものは当日現金でご持参ください。
- 換気や消毒などの感染症対策を講じた上で実施いたします。
- 感染状況など情勢を鑑みて、ワーク内容の変更が生じる場合がございます。予めご了承ください。