



# 8月 生活充実プログラム



	月	火	水	木	金	土
日			1	2	3	4
AM			軽作業	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジム	
PM			茶道	グループ プレゼン大会	アサーション トレーニング	
					ナイトケア	
日	6	7	8	9	10	11
AM	殿ヶ谷戸庭園 ボランティア	武蔵国分寺公園 ボランティア	軽作業	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ゲーム	
PM	マインド フルネス	認知行動療法	美術	全体会議	アロマ 防災 セラピー 訓練	
日	13	14	15	16	17	18
AM	夏期休暇				ストレッチ/ ブレインジム	土曜 DC
PM						
日	20	21	22	23	24	25
AM	殿ヶ谷戸庭園 ボランティア	武蔵国分寺公園 ボランティア	軽作業	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジム	
PM	マインド フルネス	認知行動療法	美術	音楽	かき氷を 作ろう♪	
					ナイトケア	
日	27	28	29	30	31	
AM	殿ヶ谷戸庭園 ボランティア	武蔵国分寺公園 ボランティア	軽作業	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジム	
PM	栄養& 簡単クッキング	認知行動療法	しゃべり場	SST	わたし 企画	
					ナイトケア	

- \* 網掛けの枠は、青年期プログラムと合同プログラムです
- \* 天候等により、プログラムが変更となる場合があります
- \* ナイトケアは、16時~20時になります（15：30来所可）

