

8月	月	火	水	木	金
					1日
午前		・プログラムは変更になる可能性があります。			マインドフルネス
午後					運動をしよう
	4日	5日	6日	7日	8日
午前	英会話	やさしい運動	生き活き体操	思い出の時間	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	行動療法	Let's レクリエーション	運動をしよう
	11日	12日	13日	14日	15日
午前		パソコンをしよう	生き活き体操		
午後		認知トレーニング	Let's レクリエーション		
	18日	19日	20日	21日	22日
午前	作ってみよう	習字をしよう	リフレッシュタイム	お悩み相談会	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	S S T	Rの時間	運動をしよう
	25日	26日	27日	28日	29日
午前	茶話会	簡単♪椅子ヨガ	リフレッシュタイム	音楽鑑賞	マインドフルネス
午後	リカバリーについて	認知トレーニング	行動療法	Rの時間	運動をしよう