

| 4月 | 月                     | 火        | 水  | 木         | 金        |
|----|-----------------------|----------|--|-----------|----------|
|    |                       |          | 1日   | 2日        | 3日       |
| 午前 | ・プログラムは変更になる可能性があります。 |          | 簡単エクササイズ   | 音楽鑑賞      | マインドフルネス |
| 午後 |                       |          | 認知行動療法   | Rの時間      | 運動をしよう   |
|    | 6日                    | 7日       | 8日   | 9日        | 10日      |
| 午前 | 創作活動                  | 習字をしよう   | リフレッシュタイム  | 茶話会       | マインドフルネス |
| 午後 | リハビリについて              | 認知トレーニング | 気軽なカフェタイム  | 私のトリセツ    | 運動をしよう   |
|    | 13日                   | 14日      | 15日  | 16日       | 17日      |
| 午前 | 創作活動                  | 簡単♪椅子ヨガ  | 簡単エクササイズ   | 音楽鑑賞      | マインドフルネス |
| 午後 | リハビリについて              | 認知トレーニング | 認知行動療法   | Rの時間      | 運動をしよう   |
|    | 20日                   | 21日      | 22日  | 23日       | 24日      |
| 午前 | 創作活動                  | 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 | リハビリについて              | 認知トレーニング | SST  | 帯広市交通安全講座 | 運動をしよう   |
|    | 27日                   | 28日      | 29日  | 30日       |          |
| 午前 | 創作活動                  | 簡単♪椅子ヨガ  | <br>(お休み) | 音楽鑑賞      |          |
| 午後 | リハビリについて              | 認知トレーニング |  | 私のトリセツ    |          |