

10月	月	火	水	木	金
				1日	2日
午前	・プログラムは変更になる可能性があります。 *「グループチューズデイ」はメンバーが決まっています。 ・今月の「デイケアを考える会」は10/15の朝ミーティング後に行います。 ・火曜の午後の[軽度認知障害プログラム]は主治医の指示があった方が対象です			外部講師プログラム	私のトリセツ マインドフルネス
午後				基礎から脳トレ	運動をしよう
	5日	6日	7日	8日	9日
午前	創作活動	お散歩タイム グループチューズデイ*	茶話会	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 [軽度認知障害プログラム]	認知行動療法	基礎から脳トレ	運動をしよう
	12日	13日	14日	15日	16日
午前	 スポーツの日 (お休み)	運動をしよう レクリエーション	外部講師プログラム	茶道クラブ	私のトリセツ マインドフルネス
午後		認知トレーニング [軽度認知障害プログラム]	気軽なカフェタイム	基礎から脳トレ	運動をしよう
	19日	20日	21日	22日	23日
午前	創作活動	お散歩タイム グループチューズデイ*	社会活動クラブ リフレッシュタイム	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 [軽度認知障害プログラム]	認知行動療法	基礎から脳トレ	運動をしよう
	26日	27日	28日	29日	30日
午前	創作活動	運動をしよう	お悩み相談会	ピアサポーター特別企画	私のトリセツ 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 [軽度認知障害プログラム]	くらしのスキルアップ ～気軽に練習しよう～	基礎から脳トレ	運動をしよう