

2024

アサープ 10月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土		
			1	2		3		4		5		
			ビギナー	AM 菜園	PM カラオケ	AM CAMP	PM GT	AM パソコン	PM バレー	AM OW	PM 体育館	
				ヨガ	フリートーク	脳トレ		講師GT				
6	7			8	9			10		11		12
	AM	PM	ビギナー	AM 菜園	PM カラオケ	AM CAMP	PM GT	AM パソコン	PM バレー	AM OW	PM 映画鑑賞	
	GT & ストレッチ	バレー		ヨガ	フリートーク	テニス	コミュ練①	講師GT				
		OW										
13	14		15	16		17		18		19		
	お休み		ビギナー	AM 菜園	PM カラオケ	AM CAMP	PM GT	AM パソコン	PM バレー	AM 体育館	PM フリートーク	
				ヨガ	フリートーク	AT	コミュ練②	講師GT				
20	21		22	23		24		25		26		
	AM	PM	ビギナー	AM 菜園	PM カラオケ	イベント		AM パソコン	PM バレー	AM 体育館	PM OW	
	GT & ストレッチ	バレー		ヨガ	フリートーク			講師GT				
		OW										
27	28		29	30		31						
	AM	PM	ビギナー	AM 菜園	PM カラオケ	AM CAMP	PM GT					
	GT & ストレッチ	バレー		ヨガ	フリートーク	ゲートボール	コミュ練③					
		OW										

OW=オリジナルワーク GT=グループセラピー AT=アートセラピー CAMP=テキストを用いたプログラム
 コミュ練=コミュニケーション練習 ※要予約 菜園=雨天時は、相談の上OWに変更
 ※ASRPの開催日はAM11時～AM12時で体育館を開放しています。