

2025

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
				AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				菜園	カラオケ	CAMP	イベント ミーティング	パソコン	バレー	
				ヨガ	フリートーク	脳トレ		パスタタイム	講師GT	
5	6		7	8		9		10		11
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	
		パスタタイム		ヨガ	フリートーク	テニス	体育館P	パスタタイム	講師GT	
12	13		14	15		16		17		18
	お休み		ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	
				ヨガ	フリートーク	AT	体育館P	パスタタイム	講師GT	
19	20		21	22		23		24		25
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	CAMP	GT	パソコン	バレー	
		パスタタイム		ヨガ	フリートーク	ゲートボール	体育館P	パスタタイム	講師GT	
26	27		28	29		30		31		
	AM	PM	ビギナー	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	GT & ストレッチ	バレー		菜園	カラオケ	野外活動		パソコン	バレー	
		パスタタイム		ヨガ	フリートーク			パスタタイム	講師GT	

パスタタイム＝趣味活動など

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

菜園＝雨天時は、相談の上パスタタイムに変更

テニス＝雨天時はバドミントンに変更

野外活動＝別途記載