

2026年

アサープ 5月プログラム予定表

日	月	火	水	木	金	土		
					1	2		
					AM パソコン パスタタイム	PM バレー 講師GT		
3	4	5	6	7	8	9		
	お休み	お休み	お休み	AM CAMP① 脳トレ	PM GT	AM パソコン パスタタイム	PM バレー 講師GT	
10	11	12	13	14	15	16		
	AM ストレッチ >	PM バレー パスタタイム	AM 菜園 ヨガ	PM カラオケ フリートーク	AM CAMP② テニス	PM GT 体育館P	AM パソコン パスタタイム	PM バレー 講師GT
17	18	19	20	21	22	23		
	AM ストレッチ >	PM バレー パスタタイム	AM 菜園 ヨガ	PM カラオケ フリートーク	AM CAMP③ AT	PM GT 体育館P	AM パソコン パスタタイム	PM バレー 講師GT
24	25	26	27	28	29	30		
	AM ストレッチ >	PM バレー パスタタイム	AM 菜園 ヨガ	PM カラオケ フリートーク	動物園		AM パソコン パスタタイム	PM バレー 講師GT

GT=グループセラピー CAMP=テキストを用いたプログラム AT=アートセラピー パスタタイム=趣味活動のプログラム
 菜園:雨天時は相談の上パスタタイムに変更 ※動物園は、雨天時プログラムの変更あり。