

# 7月 JULY 2026

曜日	月 (MON)	火 (TUE)	水 (WED)	木 (THU)	金 (FRI)
日付	/		1	2	3
午前			ストレッチ 絵画	しゅみの園芸	WRAP 安心P
午後			メタ認知 トレーニング NEAR	手芸部 ピラティス	ディケアジアター館
日付	6	7	8	9	10
午前	リラックス アンガーマネジメント	しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング 絵画	しゅみの園芸	WRAP 安心P
午後	くらしの書 eスポーツ NEAR	燃え魂 SST	メタ認知 トレーニング NEAR	手芸部 ヨガ	先生と話そう 遊ぼう
日付	13	14	15	16	17
午前	リラックス アンガーマネジメント	しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング 絵画	しゅみの園芸	納涼祭準備 安心P
午後	くらしの書 うつのメタ認知 NEAR	燃え魂 SST	eスポーツ NEAR	手芸部 ピラティス	納涼祭
日付	20	21	22	23	24
午前	海の日	しゅみの園芸	セルフマネジメント ウォーキング 絵画	しゅみの園芸	WRAP 安心P
午後		燃え魂 SST	eスポーツ NEAR	手芸部 ヨガ	先生と話そう 遊ぼう
日付	27	28	29	30	31
午前	リラックス アンガーマネジメント	しゅみの園芸 カレーとポテトサラダ	セルフマネジメント ウォーキング 絵画	しゅみの園芸	WRAP 安心P
午後	くらしの書 うつのメタ認知 NEAR	燃え魂 SST	eスポーツ NEAR	手芸部 ピラティス	〇〇大会

『自主活動』のプログラムは毎日あります。

場所用意しておりますので、作業など、ご自身でやりたいことを取り組む際に利用できます。

『自習室』は水色の時間に利用できます。

文字の背景が黄色のプログラムは、今月から始まる新しいプログラムや特別プログラム、曜日が変更となったプログラムです。

《裏面はプログラムの詳細が載っています》