

	AM	単位	PM	単位
1 土				
2 日				
3 月	個別訓練		選択 実行機能トレーニング／個別訓練	社
4 火	個別訓練		アクティブラジカル～大きな動きでリフレッシュ～	運
5 水	個別訓練		FITプログラム	社
6 木	週間振り返り／個別訓練		ブレインフィットネス	生
7 金	ポジティブ心理学⑦	社	週間振り返り／個別訓練	
8 土				
9 日				
10 月	ボッチャ大会	運	個別訓練／欠席振り替え日	社
11 火	個別訓練		筋トレ～代謝を上げて脂肪燃焼～	運
12 水	個別訓練		FITプログラム	社
13 木	週間振り返り／個別訓練		ブレインフィットネス	生
14 金	ポジティブ心理学⑧	社	週間振り返り／個別訓練	
15 土				
16 日				
17 月	個別訓練	運	FINDプログラム	社
18 火	個別訓練		リラクゼーションヨガ～心身ともにリラックス～	運
19 水	個別訓練		FITプログラム	社
20 木	週間振り返り／個別訓練		ブレインフィットネス	生
21 金	ポジティブ心理学⑨	社	個別訓練	
22 土				
23 日				
24 月	個別訓練(共有会)	社	避難訓練	社
25 火	個別訓練		筋力チェック	運
26 水	個別訓練		FITプログラム	社
27 木	週間振り返り／個別訓練		ブレインフィットネス	生
28 金	対人関係プログラム③	社	週間振り返り／個別訓練	
29 土				
30 日				
31 月	個別訓練	社	FINDプログラム	社