

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
休	ミーティング 15:00~15:30	お抹茶の会 14:00~15:00	ゆるっとスト レッチ体操 14:30~15:30		ミーティング 15:00~15:30	休
8	9	10	11	12	13	14
山の日	振替休日	そこまで言う ん会 13:30~14:30	ほっこりタイ ム 14:00~15:00	情報ライブ リー 13:30 ~ 14:30	お盆休み 	
15	16	17	18	19	20	21
お盆休み 		事業所見学 13:30~		編み物の会 13:30~15:00	サントミュー ゼに行こう 13:30 ~ 15:00	休
22	23	24	25	26	27	28
休	ピアサポートグ ループ 13:00~14:00			編み物の会 13:30~15:00	ミーティング 15:00~15:30	休
29	30	31				
休	ミーティング 15:00~15:30	ビンゴ、 ダーツ大会 1:30~				休

編み物の会/毛糸と針はこちらで用意します。お抹茶の会/気軽に茶道を体験できます。

ほっこりタイム（介護のお話）/高齢者や障がい者の介護についてケアマネージャーさんとお話します。

事業所見学 A 型 CPF 上田 上田駅前ビルパレオ 1F（利用者 3 名限定）

サントミューゼに行こう ちいさきものかわいらしきもの（障がい者手帳で無料）

ビンゴ&ダーツ大会 景品あります。