

2024

Fアサープ 4月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土	
	1		2	3		4		5		6	
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	ヨガ	対人GT FGT		フリー トーク	SST	FGT	AT セルフケア①	F- ACT お花見	摂食GT 講師GT	FGT	OW
7	8		9	10		11		12		13	
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	ヨガ	対人GT FGT		フリー トーク	スキン ケア 講座	FGT	AT セルフケア②	編み物	摂食GT 講師GT	FGT	OW
14	15		16	17		18		19		20	
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	ヨガ	対人GT FGT		フリー トーク	SST	FGT	AT セルフケア③	クッキング	摂食GT 講師GT	FGT	OW
21	22		23	24		25		26		27	
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	AM	PM
	ヨガ	対人GT FGT		フリー トーク	SST	FGT	AT セルフケア④	生け花	摂食GT 講師GT	FGT	OW
28	29		30								
	お休み		お休み								

GT=グループセラピー SST=ソーシャル・スキルズ・トレーニング

F-ACT=もの作りと遊びのセラピー AT=アートセラピー

※生け花=要予約

※OW=オリジナルワーク：もの作りなどを集中して取り組むプログラムです。