

2025

Fアサープ12月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土
30	1		2	3		4		5		6
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST ヨガ	FGT	AT セルフケア①	クリスマス会	摂食GT 講師GT	
7	8		9	10		11		12		13
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST ヨガ	FGT	AT セルフケア②	生け花	摂食GT 講師GT	
14	15		16	17		18		19		20
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST ヨガ	FGT	AT セルフケア③	クッキング	摂食GT 講師GT	
21	22		23	24		25		26		27
	AM	PM	お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST ヨガ	FGT	AT セルフケア☆	OW	摂食GT 講師GT	
28	29		30	31		1月1日		1月2日		3
年末年始のためお休み										

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。