

2026

Fアサーブ 2月プログラム予定表

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

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 AT=アートセラピー

F-ACT=もの作りと遊びのセラピー ***生け花=要予約** *セルフケア=別紙参照

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