

2026

Fアサープ 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	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST	FGT	AT	F-ACT	摂食GT	
					ヨガ		セルフケア①		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	AM	PM	
	OW	FGT		フリー トーク	SST	FGT	AT	クッキング	摂食GT	
					ヨガ		セルフケア③		講師GT	
22	23		24	25		26		27		28
	お休み		お休み	AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				フリー トーク	SST	FGT	AT	生け花	摂食GT	
					ヨガ		セルフケア④		講師GT	

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