

2026年

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
				AM	PM	AM	PM	AM	PM	
				フリー トーク	SST ヨガ	FGT	AT セルフケア	F-ACT	摂食GT 講師GT	
5	6		7	8		9		10		11
	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	
12	13		14	15		16		17		18
	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	クッキング	摂食GT 講師GT	
19	20		21	22		23		24		25
	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	生け花	摂食GT 講師GT	
26	27		28	29		30				
	AM	PM	お休み	お休み		AM	PM			
	OW	FGT				FGT	AT セルフケア			

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。