

2026

Fアサープ 7月プログラム予定表

日	月		火	水		木		金		土
				1		2		3		4
				AM フリートーク	PM SST ヨガ	AM FGT	PM AT セルフケア①	AM F-ACT	PM 摂食GT 講師GT	
5	6		7	8		9		10		11
	AM OW	PM FGT	お休み	AM フリートーク	PM SST ヨガ	AM FGT	PM AT セルフケア②	AM カラオケ	PM 摂食GT 講師GT	
12	13		14	15		16		17		18
	AM OW	PM FGT	お休み	AM フリートーク	PM SST ヨガ	AM FGT	PM AT セルフケア③	AM クッキング	PM 摂食GT 講師GT	
19	20		21	22		23		24		25
	お休み		お休み	AM フリートーク	PM SST ヨガ	AM FGT	PM AT セルフケア④	AM ※生け花	PM 摂食GT 講師GT	
26	27		28	29		30		31		
	AM OW	PM FGT	お休み	AM フリートーク	PM SST ヨガ	AM FGT	PM AT セルフケア☆	AM OW	PM 摂食GT 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      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  
 ※生け花=7/17（金）まで要予約