

2026

Fアサープ 10月プログラム予定表

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

GT＝グループセラピー F-ACT＝季節の作業と遊びのセラピー

AT＝アートセラピー

OW＝オリジナルワーク：自分で選んだ作業を集中して取り組むプログラム

※生け花＝要予約