



# プログラム表

	月		火		水		木		金		土	
					1		2		3		4	
午前					料理	アサーション SST	料理	会話SST	料理	就労 SST	アサーション SST	統合失調症CBT マインドフルネス
午後					屋外スポーツ	不安のCBT	ヘルスプロモーション	OCD	DVD鑑賞	薬について学ぼう	社交不安症CBT	MDI
	6		7		8		9		10		11	
午前	料理	SST ウォーミングアップ	料理	SST	料理	アサーション SST	料理	会話SST	料理	就労 SST	建国記念日	
午後	ゆったりサロン	IMR	手話に慣れよう	セルフエスティーム	3B体操	不安のCBT	屋外活動	OCD	創作アート	薬について学ぼう		
	13		14		15		16		17		18	
午前	料理	SST ウォーミングアップ	料理	SST	料理	アサーション SST	料理	会話SST	料理	就労 SST	アサーション SST	統合失調症CBT マインドフルネス
午後	みやびサロン	IMR	カラオケ	セルフエスティーム	室内スポーツ	不安のCBT	ヘルスプロモーション	OCD	DVD鑑賞	薬について学ぼう	社交不安症CBT	MDI
	20		21		22		23		24		25	
午前	料理	SST ウォーミングアップ	料理	SST	料理	アサーション SST	料理	会話SST	料理	就労 SST	アサーション SST	統合失調症CBT マインドフルネス
午後	ゆったりサロン	IMR	手話に慣れよう	セルフエスティーム	3B体操	不安のCBT	ヘルスプロモーション	OCD	創作アート	薬について学ぼう	社交不安症CBT	MDI
	27		28									
午前	料理	SST ウォーミングアップ	料理	SST								
午後	みやびサロン	IMR	カラオケ	セルフエスティーム								

みやびサロン・・・生け花、書道を実施。 ゆったりサロン・・・麻雀、wii、カードゲーム等実施。



