



平成28年7月予定表



	月	火	水	木	金	土
					1	2
A M					料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 SST…Better Solution ! CBT…社交不安症CBT
P M					レク…卓球 SST…認知機能・会話SST CBT…不眠への対処	レク…英会話 CBT…パニック障害CBT CBT…うつ病CBT
	4	5	6	7	8	9
A M	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 SST…Better Solution ! CBT…社交不安症CBT
P M	レク…DVD鑑賞 心理教育…IMR CBT…不安への対処	レク…誕生カード作り SST…就労 CBT…アンガーコントロール	レク…カラオケ SST…基本訓練モデル CBT…統合失調症CBT	レク…中国語入門 SST…問題解決 CBT…セルフエスティーム	レク…卓球 SST…認知機能・会話SST CBT…不眠への対処	レク…英会話 CBT…パニック障害CBT CBT…うつ病CBT
	11	12	13	14	15	16
A M	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 SST…Better Solution ! CBT…社交不安症CBT
P M	レク…DVD鑑賞 心理教育…IMR CBT…不安への対処	レク…壁絵① SST…就労 CBT…アンガーコントロール	レク…カラオケ SST…基本訓練モデル CBT…統合失調症CBT	レク…韓国語入門 SST…問題解決 CBT…セルフエスティーム	レク…卓球 SST…認知機能・会話SST CBT…不眠への対処	レク…英会話 CBT…パニック障害CBT CBT…うつ病CBT
	18	19	20	21	22	23
A M	海の日 	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 SST…Better Solution ! CBT…社交不安症CBT
P M		レク…壁絵② SST…就労 CBT…アンガーコントロール	レク…ボーリング SST…基本訓練モデル CBT…統合失調症CBT	レク…中国語入門 SST…問題解決 CBT…セルフエスティーム	レク…屋外活動 SST…認知機能・会話SST CBT…不眠への対処	レク…英会話 CBT…パニック障害CBT CBT…うつ病CBT
	25	26	27	28	29	30
A M	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 スポーツ／マインドフルネス オフィスワーク	料理 SST…Better Solution ! CBT…社交不安症CBT
P M	レク…DVD鑑賞 心理教育…IMR CBT…不安への対処	レク…硬筆習字 SST…就労 CBT…アンガーコントロール	レク…カラオケ SST…基本訓練モデル CBT…統合失調症CBT	レク…韓国語入門 SST…問題解決 CBT…セルフエスティーム	レク…卓球 SST…認知機能・会話SST CBT…不眠への対処	レク…英会話 CBT…パニック障害CBT CBT…うつ病CBT

