

2022年9月 [自己理解プログラム] 予定表

※**完全予約制(8名限定)**のプログラムです。参加希望の方は、まず主治医までご相談下さい。

	月	火	水	木	金	土	日
AM				1	2 「WRAP」 -元気回復行動プラン-	3	4
PM							
AM	5	6 「REST(休息)」 -生活習慣から考える-	7	8 「SCIT」 -対人関係トレーニング-	9	10	11
PM							
AM	12	13	14	15	16 「SCIT」 -対人関係トレーニング-	17	18
PM							
AM	19 敬老の日	20 「REST(休息)」 -生活習慣から考える-	21	22	23 秋分の日	24	25
PM							
AM	26	27	28	29 「やりたいこと」 のを見つけ方	30		
PM							