

2023年12月 [自己理解プログラム] 予定表

※ **完全予約制(8名限定)・10:00~11:30** 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 コミュニケーションスキル -聴く-	2	3
PM							
AM	4	5 アંગ -マネジメント	6	7	8	9	10
PM							
AM	11	12	13	14 REST(休息) -「睡眠」習慣から考える-	15 コミュニケーションスキル -話す-	16	17
PM							
AM	18	19 REST(休息) -「運動」習慣から考える-	20	21	22	23	24
PM							
AM	25	26	27	28 休講	29 30 31 年末年始休み 12/29~1/3		
PM							

※各回の進行状況によっては、予定を変更することもあります。事前にご了承下さい。