

2026年10月【自己理解プログラム】予定表

※ 完全予約制(6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
				1	2	3	4
AM					「正しさ」を考える		
PM							
	5	6	7	8	9	10	11
AM		Q&A ～その悩みのヒント～		「価値」を考える			
PM							
	12	13	14	15	16	17	18
AM	スポーツの日				休 講 ※講師不在のため		
PM							
	19	20	21	22	23	24	25
AM		Q&A ～その悩みのヒント～		「習慣化」を考える			
PM							
	26	27	28	29	30		
AM							
PM							

※参加希望者が2名未満の場合、「休講」とすることもあります。事前にご了承下さい。