

サザン2023年9月のスケジュール



プログラムは、参加人数によっては実施できない場合もありますので、ご了承ください。
 プログラムへの参加費自己負担が生じる場合や、事前に準備していただくものがあります。
 ※1 動ける服装・室内履き・外履き等をご用意ください。 ※2 読みたい本をご用意ください。詳しくはスタッフにご確認ください

	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	土	日
	プログラム	プログラム	プログラム	プログラム	1 リワーク プログラム	2	3
AM					性格を知る		
PM					ウォーキング※1		
	4 プログラム	5 プログラム	6 プログラム	7 プログラム	8 リワーク プログラム	9	10
AM	認知行動療法	リフレーミング①	バジルランチ	SST①	MSFAS		
PM	“推し”について語ろう	新聞トレーニング	プログラムミーティング	卒業研究	AYA会		
	11 プログラム	12 プログラム	13 プログラム	14 プログラム	15 リワーク プログラム	16	17
AM	自律神経のお話	読書 ※2	伊澤家の食卓	対人関係療法	性格を知る		
PM	今度こそ！アフレコに挑戦	心の病気を知る②	ジョブリハーサル	大掃除	ストレッチ ※1		
	18 プログラム	19 プログラム	20 プログラム	21 プログラム	22 リワーク プログラム	23	24
AM	敬老の日 	エンカウンター	構造的ディスカッション	SST②	メタ認知 トレーニング		
PM		指先体操	DVD鑑賞	LGBTQ+	散策		
	25 プログラム	26	27	28	29		
AM	アロマヨガ※1	聴く力②	表現力UP	ポリヴェーガルの軽作業	性格を知る		
PM	認知行動療法	AYA会	英語すごろく	リフレーミング②	リカバリー入門		
					ビーチバレーボール※1		