



ショートケア 9月予定



日	月	火	水	木	金	土
						1 New ももくりカフェ
2	3 ヨガオブボイス	4 季節のプログラム 筋弛緩訓練	5	6 フリートーク 瞑想法	7 ワーク トレーニング	8
9	10 ドラマセラピー	11 マインドフルネス	12	13 運動プログラム	14	15 PM森田療法3
16	17 敬老の日 	18 CBT-基礎	19	20 PMこもれび プログラム	21	22
23/30	24 振替休日	25 CBT-Beginner	26	27	28 New パソコン入門	29 リワーク フォロー

・季節のプログラム(9/4):お月見だんご作り

・こもれびプログラム(9/20):コラージュ