



ショートケア 11月予定



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

・季節のプログラム(11/13):お散歩

・こもれびプログラム(11/22):ふわふわねんど