



2019年2月のプログラム



	日	月	火	水	木	金	土
AM	◆(月) LST(脳トレ、SST) ◆(随時) 10分タッチタイピング、天声人語視写など					1 認知行動療法	2 節分
PM						パワーポイント教室	しゃべり場
AM	3 休	4 認知行動療法	5 メタ認知療法	6 クラフト	7 休	8 認知行動療法	9 ヨガ友
PM		みんなで歌おう	カラオケ	みんなで読む心理療法		ウォーキング (バイキング)	おすすめの一曲
AM	10 休	11 建国記念の日	12 ACT①	13 ミュージックスペース	14 休	15 認知行動療法	16 新聞拾い読み
PM			みんなで歌おう	みんなで読む心理療法		認知機能リハビリ (リズム)	メタ認知療法①
AM	17 休	18 認知行動療法	19 ACT	20 クラフト (ひな祭り)	21 休	22 認知行動療法	23 新聞拾い読み
PM		みんなで歌おう	漢検&雑学にチャレンジ	みんなで読む心理療法		ワード教室 (チラシ作り)	健康講座 (痛風)
AM	24 休	25 認知行動療法	26 ACT	27 ミュージックスペース	28 休		
PM		みんなで歌おう	食事&運動講座 (認知症④)	みんなで読む心理療法			

■プログラムは参加者の有無、担当者の都合により変更する場合があります。