



2025年9月のプログラム



	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5	6
AM		コンパッション⑦S コアトレーニング(苦悩2)	スキーマ療法⑨S 実行機能グループS	ACT for BPD⑨S	休	反芻焦点化療法⑨H	スキルトレーニング⑨S
PM		STAIR ⑦S	しゃべり場S 	認知行動療法②K (ワークシート活用術)		音楽教室IC	MBCT⑧K
AM	7	8	9	10	11	12	13
AM	休	コンパッション⑧S	スキーマ療法⑩S 実行機能グループS	ACT for BPD⑩S コアトレーニング(対人1)S	休	反芻焦点化療法⑩H	スキルトレーニング⑩S 
PM		STAIR ⑧S	ピアノを楽しもうK	認知行動療法③K (ワークシート活用術)		音楽教室I	メンタライゼーション①S
AM	14	15	16	17	18	19	20
AM	休	敬老の日	スキーマ療法⑪S 実行機能グループS	ACT for BPD⑪S コアトレーニング(対人2)S	休	反芻焦点化療法⑪H	スキルトレーニング⑪S
PM			カラオケS 	認知行動療法④K (ワークシート活用術)		音楽教室I	メンタライゼーション②S
AM	21	22	23	24	25	26	27
AM	秋分の日	コンパッション⑨S	秋分の日	ACT for BPD⑫S コアトレーニング(感情1)S	休	反芻焦点化療法⑫H	スキルトレーニング⑫S
PM		STAIR ⑨S		認知行動療法⑤K (ワークシート活用術)		音楽教室I	メンタライゼーション③S
AM	28	29	30	■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 			
AM	休	コンパッション⑩S	スキーマ療法⑫S 実行機能グループS				
PM		STAIR ⑩S	健康講座K				

