



2025年10月のプログラム



	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
AM	休	■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		ACT for BPD⑬S コアトレーニング(感情2)S	休	不安に対する曝露療法①H	スキルトレーニング⑬S
PM				認知行動療法⑥S (ワークシート活用術)		音楽教室IC	メンタライゼーション④S
AM	5	6	7	8	9	10	11
	休	コンパッション⑪S	スキーマ療法⑬S 実行機能グループS	ACT for BPD⑭S コアトレーニング(苦悩1)S	休	不安に対する曝露療法②H	スキルトレーニング⑭S
PM		STAIR⑪S	しゃべり場S 	認知行動療法⑦S (ワークシート活用術)		音楽教室IC	メンタライゼーション⑤S
AM	12	13	14	15	16	17	18
	休	スポーツの日	スキーマ療法⑭S 実行機能グループS	ACT for BPD⑮S コアトレーニング(苦悩2)S	休	不安に対する曝露療法③H	スキルトレーニング⑮S
PM			カラオケS 	認知行動療法⑧S (ワークシート活用術)		音楽教室IC	メンタライゼーション⑥S 
AM	19	20	21	22	23	24	25
	休	コンパッション⑫S	スキーマ療法⑮S	ACT for BPD⑯S	休	不安に対する曝露療法④H	スキルトレーニング⑯S
PM		STAIR⑫S	焼肉S	認知行動療法⑨S (ワークシート活用術)		音楽教室IC	メンタライゼーション⑦S
AM	26	27	28	29	30	31	
	休	コンパッション⑬S	スキーマ療法⑯S 実行機能グループS	ACT for BPD⑰S	休	不安に対する曝露療法⑤H	
PM		STAIR⑬S	ぬりえS	ハローハロウィンM 		音楽教室IC	