



■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。

	日	月	火	水	木	金	土
AM		1 コンパッション⑩S	2 ACTでうつを抜け出す①S	3 認知処理療法①S	4 休	5 不安に対する曝露療法⑩H	6 スキルトレーニング⑫U コアトレーニング(苦悩2)H
PM		ぬり絵S	しゃべり場S 	臨床行動分析⑥S		音楽教室 I	カラーコンサルテーションU
AM	7 休	8 コンパッション⑪S	9 ACTでうつを抜け出す②S	10 クリスマス会 	11 休	12 不安に対する曝露療法⑪H	13 折り紙S
PM		脳トレS	カラオケS 	クリスマス会 		音楽教室 I	対人関係療法①U
AM	14 休	15 コンパッション⑫S	16 ACTでうつを抜け出す③S	17 認知処理療法②S	18 休	19 一年の振り返りH	20 ぬり絵S
PM		今年の漢字S	リズムM	臨床行動分析⑦S		音楽教室 I	対人関係療法②U
AM	21 休	22 コンパッション⑬S	23 ACTでうつを抜け出す④S	24 認知処理療法③S	25 休	26 大掃除	27 映画鑑賞
PM		絵手紙S	脳トレH	臨床行動分析⑧S		音楽教室 I	対人関係療法③U
	28	29	30	31	1月1日	2	3
<div style="text-align: center;">  休診  </div>							