

42期生 1ヶ月目 スケジュール表 (2020年2月3日~2月28日) 月・水・金 9:00~16:00 木 9:00~12:00

	月	火	水	木	金
	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日
午前	トピックスオリ (40分) 生活マネ記入タイム(60分)		生活マネジメント①②(60分) 各種記入タイム(40分)	体ほぐし	生活マネジメント③④(60分) 各種記入タイム(40分)
午後	CBT①		書道・美文字 又は個別作業		心理教育①
	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日
午前	生活マネジメント⑤(30分) トピックス①②(60分)		生活マネジメント⑥(30分) トピックス③④(60分)	体ほぐし	調理 又は個別作業
午後	CBT②		書道・美文字 又は個別作業		心理教育②
	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日
午前	生活マネジメント①②(40分) プログラムを実践的に(60分)		生活マネジメント③④(40分) 2か月目オリ(60分)	体ほぐし	献立決め 又は個別作業
午後	CBT③		書道・美文字 又は個別作業		心理教育③
	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日
午前	振替休日		生活マネジメント⑤⑥(40分) トピックス⑤⑥(60分)	体ほぐし	調理 又は個別作業
午後			書道・美文字 又は個別作業		心理教育④

