

75期生 1ヶ月目 スケジュール表 (2026年10月5日～10月30日)

	月	火	水	木	金
	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日
午前	生活マネジメント&評価表 オリエンテーション	英会話 又は個別作業			生活マネジメント①②(60分) 記入タイム
午後	CBT①	SST①			心理教育①
	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日
午前	スポーツの日	英会話 又は個別作業	生活マネジメント③ トピックス①(60分) 記入タイム		トピックス②③(60分) 記入タイム
午後		SST②	個別作業 又は書道美文字		心理教育②
	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日
午前	2か月目オリエンテーション 記入タイム	英会話 又は個別作業	エアロビ		調理プログラム
午後	CBT②	SST③	個別作業 又は書道美文字		心理教育③
	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
午前	生活マネジメント①②③(60分) 記入タイム	英会話 又は個別作業	エアロビ		グループワーク①(75分)
午後	CBT③	SST④	個別作業 又は書道美文字		心理教育④