



# 3月プログラム予定表



	月	火	水	木	金	土
					1	2
午前	<p style="text-align: center;">お知らせ</p> <p style="text-align: center;">9日(土曜日)はデイケアがあります。</p> <p style="text-align: center;">※プログラム内容は変更することもあります</p>				STEP☆P 「ひなまつり茶会」 課題ワーク	
午後					振りカエル 課題ワーク	
	4	5	6	7	8	9
午前	Artのじかん 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 「ヨガ」 課題ワーク	課題ワークテラス 課題ワーク	STEP☆P 「自律訓練法」 課題ワーク	ゆるサタ 「長命寺」 課題ワーク
午後	自分発掘！ 「推しの個」 課題ワーク	コミュニケーション Study 応用③操作 課題ワーク	学・考・表・実 「ディスカッション」 課題ワーク	リフレッシュ 課題ワーク	振りカエル 課題ワーク	課題ワーク
	11	12	13	14	15	16
午前	Artのじかん 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 「ストレッチ」 課題ワーク	課題ワークテラス 課題ワーク	STEP☆P 「姿勢チェック」 課題ワーク	
午後	自分発掘！ 「関わりと自分」 課題ワーク	コミュニケーション Study 応用④聴かない 課題ワーク	学・考・表・実 「グループワーク」 課題ワーク	リフレッシュ 課題ワーク	振りカエル 課題ワーク	
	18	19	20	21	22	23
午前	Artのじかん 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク		課題ワークテラス 課題ワーク	STEP☆P 「ジョブ・トーク」 課題ワーク	
午後	自分発掘！ 「仕事・生活を考える」 課題ワーク	コミュニケーション Study 応用⑤だが断る 課題ワーク		リフレッシュ 課題ワーク	振りカエル 課題ワーク	
	25	26	27	28	29	30
午前	Artのじかん 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 「ヨガ」 課題ワーク	課題ワークテラス 課題ワーク	STEP☆P 「健康講座」 課題ワーク	
午後	自分発掘！ 「こんな人どうする？」 課題ワーク	コミュニケーション Study 応用⑥リモート 課題ワーク	学・考・表・実 「チーム課題」 課題ワーク	リフレッシュ 課題ワーク	振りカエル 課題ワーク	