

1月プログラム予定表

	月	火	水	木	金	土
	3	4	5	6	7	8
午前		Enjoy♪レク 「初詣」 課題ワーク	リラクゼーション 課題ワーク	社コミュニケーション 課題ワーク	STEP☆P 「凧作り」 課題ワーク	
午後		コミュニケーション Study 「総合①/ゆとり・Ba・」 課題ワーク	自分発掘！ 「こころの食生活」 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	
	10	11	12	13	14	15
午前		Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 課題ワーク	社コミュニケーション 課題ワーク	STEP☆P 「凧揚げ」 課題ワーク	土曜講座 「新年のお楽しみ茶会」 課題ワーク
午後		コミュニケーション Study 「総合①/ゆとり・Ad・」 課題ワーク	自分発掘！ 「開運Myくじ」 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
	17	18	19	20	21	22
午前	セルフマネジメント 「利休～思いやる～」 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 課題ワーク	社コミュニケーション 課題ワーク	STEP☆P 「太極拳」 課題ワーク	
午後	Artのじかん 課題ワーク	コミュニケーション Study 「総合②/他者・Ba・」 課題ワーク	自分発掘！ 「関わりと自分」 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	
	24	25	26	27	28	29
午前	セルフマネジメント 「目標のもち方」 課題ワーク	Enjoy♪レク 課題ワーク	リラクゼーション 課題ワーク	社コミュニケーション 課題ワーク	STEP☆P 「ガチャボントーク」 課題ワーク	
午後	Artのじかん 課題ワーク	コミュニケーション Study 「総合②/他者・Ad・」 課題ワーク	自分発掘！ 「仕事フィッティング」 課題ワーク	CLOSE	振りカエル 課題ワーク	
	31					
午前	セルフマネジメント 「春の行事」 課題ワーク	 <p style="text-align: center;">お知らせ 15日(土曜日)はデイクアを行います。 27日(木曜日)は 午前だけのデイクアです。 ※プログラム内容は変更することもあります。</p>				
午後	Artのじかん 課題ワーク					