



11月プログラム日程

日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	31	1	2	3
					13:30-15:00 ワークプログラム 「お仕事体験」	close
4	5	6	7	8	9	10
close	13:30-15:00 「ひだまりcafe」 ご家族のためのお茶会です 13:30-15:00 ワークプログラム 「自分を知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「SST」 (ソーシャルスキルトレーニング)		13:30-15:00 ワークプログラム 「コラージュを 作ってみよう」	close
11	12	13	14	15	16	17
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「周りを知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「認知行動療法」		11:00-12:30 *女性の居場所* “ふわり” 13:30-15:00 ワークプログラム 「食事シミュレーション」*	close
18	19	20	21	22	23	24
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「自分を知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「怒りの感情」		close	close
25	26	27	28	29	30	
close	13:30-15:00 ワークプログラム 「周りを知ろう」 手作業をしながらお話しします		13:30-15:00 メンタルトレーニング 「認知行動療法」		10:30-12:00 家族会 「家族関係を見つめ直す」 13:30-15:00 ワークプログラム 「コラージュを 作ってみよう！」	

*参加される場合は、前日までに口頭かお電話・メールでご連絡下さい。

*当日参加の場合は、あらかじめお電話で開催の確認をお願いします。

*「食事シミュレーション」では、自分の食を振り返り、食べることへの理解を深めます。

【お問い合わせ&ご連絡先】

☎ 03-5413-6661 ✉ query@cns-net.or.jp