

2024年12月プログラム

am : 10時~13時まで pm : 13時~16時まで

	月	火	水	木	金	土	日
	12/20(金)⇒休診日						1
AM							/
PM							
	2	3	4	5	6	7	8
AM	マイ・オリーブ			/	マイ・オリーブ		/
PM	バランスボール エクササイズ	生け花教室	リカバリー講座 (生活)		ブログ編集部	Xmasアロマ 作り	
	9	10	11	12	13	14	15
AM	マイ・オリーブ			/	マイ・オリーブ		/
PM	ふうせんバレー	アートセラピー (クリスマス飾りつけ)	リカバリー講座 (就労)		コミュトレ	リラックス アロマ	
	16	17	18	19	20	21	22
AM	マイ・オリーブ			/	/	マイ・オリーブ	/
PM	ブリージング ヨガ	ゲームで遊ぼう	リカバリー講座 (疾病)			リラックス 筋弛緩法	
	23	24	25	26	27	28	29
AM	マイ・オリーブ			/	マイ・オリーブ		/
PM	卓球大会 (オリーブ杯)	クリスマス &忘年会	リカバリー講座 (ストレスマネジメント)		私のリカバリー プラン	音楽鑑賞	
	30	31					
AM	/						/
PM							

毎AM：マイオリーブ（個別活動）

月：
体力・健康作り

火：
集中力up

水：
リカバリー講座

金：
コミュニケーション

土：
リラクゼーション