

## 2026年度 1月 リハビリテーションセンタープログラム表

	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
AM				元旦		休日
PM						
	5	6	7	8	9	10
AM	創作フリー	ブレインタイム	リラクゼーション (ストレッチ)	個別フリー		フリータイム
PM	フリータイム	個別ワーク		心理師のプログラム		
	12	13		14	15	
AM	成人の日	個別ワーク	ブレインタイム	マインドフルネス		フリータイム
PM		テーマトーク		個別フリー		
	19	20		21	22	
AM	心理師のプログラム	リラクゼーション (ストレッチ)	薬剤師のプログラム	ブレインタイム		フリータイム
PM	レクリエーション	個別フリー		個別ワーク		
	26	27		28	29	
AM	マインドフルネス	書道	看護師のプログラム	個別ワーク		運動プログラム 「ベタンク」
PM	ブレインタイム	個別フリー		今月の振り返り		

※プログラムは都合により、変更する場合がございます。