

	月	火	水	木
9 : 00-12 : 00				1 コミュニケーションサプリ ★誘う/断る
13 : 15-16 : 15				CBTサプリ for GAD ③
9 : 00-12 : 00	5	6	7	8
13 : 15-16 : 15	こころみ⑥		こころみ⑧	CBTサプリ for GAD ④
9 : 00-12 : 00	12	13	14	15 はぐみ①
13 : 15-16 : 15	こころみ⑦		こころみ⑨	CBTサプリ for GAD ①
9 : 00-12 : 00	19	20	21	22 祝日
13 : 15-16 : 15	こころみ⑧		こころみ⑩	
9 : 00-12 : 00	26	27	28	29 はぐみ②
13 : 15-16 : 15	こころみ⑨			CBTサプリ for GAD ②