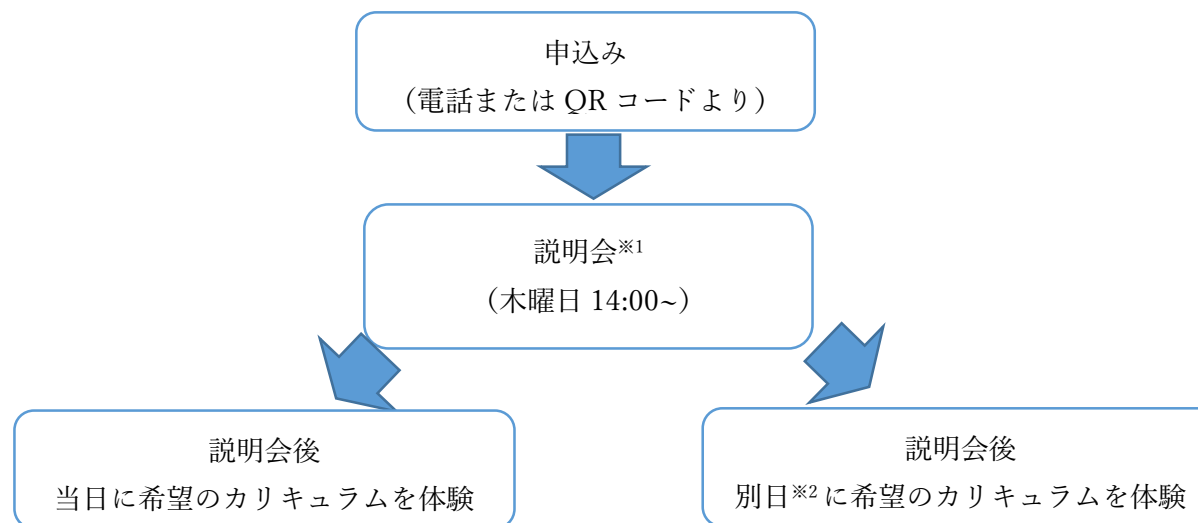


1.体験可能なカリキュラム

アートアクティビティ	音楽・絵画・映画鑑賞・創作活動を通じた気分の改善・活性化
リラクゼーション	リラクセス法（呼吸法・筋弛緩法・瞑想・ストレッチ）の実践
ボディワーク	ストレッチなど、主体的に身体を動かすことで、体力の向上を目指す
作業療法	作業遂行時の特徴を把握、臨機応変な対応や協調性を高めることを目指す
認知行動療法	ストレスや問題を受け止め、自分が求める生き方にあった対処の方法を目指す

2.体験会までの流れ



※1：説明会后当日に体験会をご希望される場合、ご希望の日程を申込み時にお知らせください。

※2：説明会后、別日に体験会をご希望の場合、希望の日程を申込み時または説明会后にお知らせください。