

リワーク	AM	PM
1 金	セルフケア①	週間振り返り／個別訓練
2 土		
3 日		
4 月	個別訓練	FINDプログラム
5 火	アクティブヨガ	EQ②
6 水	個別訓練	週間振り返り／個別訓練
7 木	ブレインフィットネス	FITプログラム
8 金	ゴールデザイン	週間振り返り／個別訓練
9 土		
10 日		
11 月	個別訓練	個別訓練
12 火	筋トレ	合同配信プログラム
13 水	個別訓練	週間振り返り／個別訓練
14 木	ブレインフィットネス	FITプログラム
15 金	災害対策プログラム・清掃プログラム	週間振り返り／個別訓練
16 土		
17 日		
18 月	個別訓練	FINDプログラム
19 火	リラクゼーションヨガ	復職報告書・復職面談プログラム
20 水	個別訓練	週間振り返り／個別訓練
21 木	ブレインフィットネス	FITプログラム
22 金	EQ③	週間振り返り／個別訓練
23 土		
24 日		
25 月	個別訓練	共有会
26 火	筋肉チェック	模擬就労
27 水	個別訓練	週間振り返り／個別訓練
28 木	ブレインフィットネス	FITプログラム
29 金	アンダーコントロール～怒りの心を分析する～	週間振り返り／個別訓練
30 土		
31 日		