

2022年 9月				名前	目標週間 利用日数	目標月間 利用日数	担当印				
日	曜日	シフト	欠席理由	10:00 ~ 11:00 個別訓練 11:00 ~ 12:00 プログラム		13:15 ~ 14:15 プログラム 14:15 ~ 15:00 個別訓練					
1	木			カラダチェック★		FITプログラム (三茶合同配信)					
2	金			週間目標の振り返り		🎯オリジナルクイズでクイズ大会🎯	個別訓練				
3	土										
4	日										
5	月			個別訓練	【グループワーク/ディスカッション】 ブレインストーミング 秋🍁	身体も気持ちもアクティブヨガ					
6	火			個別訓練	【自立生活のススメ】 仕事・暮らしの苦手解決～実行機能③～ (全6回)	訓練ツールの紹介					
7	水			個別訓練	【生活作業向上プログラム】	ブレインフィットネス (睡眠)	個別訓練				
8	木			家で出来るセルフケア&ストレッチ		FITプログラム (三茶合同配信)					
9	金			週間目標の振り返り		🌸ユラユラ癒しのセルフケア🌸 ～手作りオイルモーション～	個別訓練				
10	土										
11	日										
12	月			個別訓練	【グループワーク/ディスカッション】 ディスカッションで注意すべき点	骨盤調整ヨガ					
13	火			個別訓練	【自立生活のススメ】 台風、水害対策など	障害年金制度の概要 (合同配信プログラム)					
14	水			個別訓練	【生活作業向上プログラム】 ～模擬職場編・前編～	ブレインフィットネス (食事)	個別訓練				
15	木			リズムエクササイズ♪		FITプログラム (三茶合同配信)					
16	金			週間目標の振り返り		🎧DokiDokiワードカフェ🎧	個別訓練				
17	土										
18	日										
19	月(祝)			個別訓練	【グループワーク/ディスカッション】	ミュージックヨガ					
20	火			個別訓練	【自立生活のススメ】 仕事・暮らしの苦手解決～実行機能④～ (全6回)	EQ～こころの知能指数②～ (全3回)					
21	水			個別訓練	【生活作業向上プログラム】 ～模擬職場編・後編～	ブレインフィットネス (運動・知的刺激)	個別訓練				
22	木			コアトレ!		FITプログラム (三茶合同配信)					
23	金(祝)			NRアカデミーショー🌸 ～アートに触れる編～		NRアカデミーショー🌸 ～アートを広げる編～					
24	土										
25	日										
26	月			個別訓練	【グループワーク/ディスカッション】 ～課題解決型ディスカッション～	自律神経調整ヨガ					
27	火			個別訓練	【自立生活のススメ】 季節の変わり目に注意しよう	アンダーコントロール					
28	水			個別訓練	【生活作業向上プログラム】 芸術の秋🍁ちぎり絵編	ブレインフィットネス (ストレスケア)	個別訓練				
29	木			御苑演劇部♪		FITプログラム (三茶合同配信)					
30	金			週間目標の振り返り		🎲NRボードゲームクラブ🎲	個別訓練				
毎日の基本スケジュール 9:30 開所 9:50 朝礼・マインドフルネス 10:00-10:50 AM個別課題 11:00-12:00 AMプログラム 12:00-13:00 ランチ 13:00 昼礼・マインドフルネス 昼礼後～13:10 センター内清掃 13:15-14:30 PMプログラム 適宜休憩をはさみます 14:30～15:00 PM個別訓練 15:00-15:30 終礼・1日の振り返り ※PMプログラムは内容により延長の場合があります				表の使い方 ①上部に「氏名」「目標とする週間利用日数」「目標とする月間利用日数」を記載。 ②在宅訓練を希望する日は、シフト欄に「在宅」「AM在宅」「PM在宅」のいずれかを記載。 ③どうしても予定の調整がつかない日は、シフト欄に「全休」「AM半休」「PM半休」のいずれかを記載。 ④スタッフが現在の目標と提出シフトの内容が相違ないか確認。				プログラム分類 : 運動系 : 生活系 : 社会系			
赤字: 運動プログラム(月PM、木AM) 青字: FIT(心と思考の柔軟性を高める)プログラム(木PM) 黄色: 特別プログラム				運動プログラムの準備物 ・ジャージなどの運動服 ・着替え ・タオル ・水分 (ペットボトル・水筒)				振り替えのご案内 ・体調不良や予定変更が生じた場合、「欠席・通所予定変更届」をスタッフに提出し、目標とする通所計画が達成できるよう振り替えを行ってください。			