

4月プログラム表

ニューロリワーク春日部センター

月		火		水		木		金		土	
1		2		3		4		5		6	
午前	清掃 個別訓練	午前	ワークショップ	午前	フィジカルアップ～体力測定～	午前	FIT ～スキーマに気づ	午前	個別訓練		
12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩		
午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	1週間の振り返り 個別訓練		
8		9		10		11		12		13	
午前	個別訓練	午前	フィジカルアップ	午前	グループワーク	午前	ワークショップ	午前	ブレインフィットネス～生活のリズ		
12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩		
午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	1週間の振り返り 個別訓練		
15		16		17		18		19		20	
午前	個別訓練	午前	プレゼン大会～自分プレゼン～	午前	フィジカルアップ	午前	FIT ～新しいスキーマ	午前	ストレスコーピング～実践編～		
12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩		
午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	1週間の振り返り 個別訓練		
22		23		24		25		26		27	
午前	個別訓練	午前	職場塾	午前	ストレスコーピング～ストレスへ	午前	フィジカルアップ	午前	ブレインフィットネス～生活の質を上	午前	個別訓練
12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩	12:00～	昼休憩		
午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	個別訓練	午後	1週間の振り返り 個別訓練		
29		30									
午前	FIND～得意な事～	午前	個別訓練								
		12:00～	昼休憩								
		午後	Tレポート作成 個別訓練								

- 運動系プログラム 「運動」に関係し実際に身体を動かすことを目的としたプログラム
- 生活系プログラム 「生活遂行力」を向上することに関係したプログラム
- 社会系プログラム 「社会適応力」を向上することに関係したプログラム
- 就労系プログラム 「キャリア形成力」を向上することに関係したプログラム

- 09:30～ 入室
- 09:50～ 朝礼
- 10:00～ 午前のプログラム
- 11:00～ 休憩
- 11:10～ 再開
- 12:00～ 終了
- 12:00～ 昼休憩
- 13:00～ 昼礼
- 13:00～ 午後のプログラム
- 14:00～ 休憩
- 14:10～ 再開
- 15:00～ 終了
- 15:00～ 終礼
- 15:05～ 退室