

2024年5月

日	曜日	10:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
1	水	ブレインフィットネス 第1回	部署活動 個別訓練
2	木	就労系プログラム 文面作成～Eメール編～	個別訓練
3	金	Wレポート振り返り 個別訓練	FIND 働く意義×興味
4	土		
5	日		
6	月	運動系プログラム 体力測定	社会系プログラム プラス表現トレーニング 
7	火	FITプログラム ④柔軟な考え方をしよう～中編～	個別訓練
8	水	BFお勧めプログラム グループディスカッション	部署活動 個別訓練
9	木	就労系プログラム 文面作成～メモ・書類編～	個別訓練
10	金	Wレポート振り返り 個別訓練	面接練習 流れ・マナーのみ
11	土		
12	日		
13	月	インストラクター監修 優しい筋トレ～レベル別サーキット～	生活系プログラム 実行機能①プランニング
14	火	FITプログラム ⑤柔軟な考え方をしよう～後編～	個別訓練
15	水	ブレインフィットネス 第2回	部署活動 個別訓練
16	木	就労系プログラム 電話対応	個別訓練
17	金	Wレポート振り返り 個別訓練	FIND 働く意義×適性
18	土		
19	日		
20	月	運動系プログラム 快眠！就寝前ストレッチ	社会系プログラム プラス表現トレーニング
21	火	FITプログラム ⑥問題解決を目指す	個別訓練
22	水	BFお勧めプログラム 知って安心！お金の話	部署活動 個別訓練
23	木	就労系プログラム 職場で伝えにくいことを伝えるには	個別訓練
24	金	Wレポート振り返り 個別訓練	面接練習 模擬面接
25	土		
26	日		
27	月	インストラクター監修 呼吸を深めるフローヨガ	生活系プログラム 実行機能②ワーキングメモリー
28	火	メタ認知 感情による判断	個別訓練
29	水	ブレインフィットネス 第3回	部署活動 個別訓練
30	木	就労系プログラム 模擬就労	個別訓練
31	金	Wレポート振り返り 個別訓練	FIND 働く意義×価値観

