

2024年7月



日	曜日	10:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
1	月	体力測定 簡単オフィスストレッチ	個別訓練
2	火	FITプログラム ⑩スキーマに気付こう	個別訓練
3	水	BFお勧めプログラム 雨の日の過ごし方	個別訓練 部署活動
4	木	社会系プログラム 実行機能④自己抑制	就労系プログラム 文面作成～Eメール編～
5	金	Wレポート振り返り 個別訓練	面接練習 マナー編
6	土		
7	日		
8	月	インストラクター監修 優しいボディシェイプ	個別訓練
9	火	FITプログラム ⑪スキーマを修正しよう	個別訓練
10	水	BFコアプログラム 第2回	個別訓練 部署活動
11	木	社会系プログラム プラス表現トレーニング	就労系プログラム 文面作成～メモ・書類編～
12	金	Wレポート振り返り 個別訓練	FIND 働く意義×興味
13	土	コラージュをしよう！	個別訓練
14	日		
15	月	運動系プログラム 姿勢改善トレーニング	個別訓練
16	火	FITプログラム ⑫FITプログラムの振り返り	個別訓練
17	水	BFお勧めプログラム グループディスカッション	個別訓練 部署活動
18	木	社会系プログラム 実行機能⑤注意持続	就労系プログラム 電話対応
19	金	Wレポート振り返り 個別訓練	面接練習 模擬面接
20	土		
21	日		
22	月	インストラクター監修 安眠リラックスヨガ	個別訓練
23	火	FITプログラム ①FITを知る	個別訓練
24	水	BFコアプログラム 第3回	個別訓練 部署活動
25	木	社会系プログラム メタ認知～記憶～	就労系プログラム 職場で伝えにくいことを伝えるには
26	金	Wレポート振り返り 個別訓練	FIND 働く意義×適正
27	土	カードゲーム大会	個別訓練
28	日		
29	月	運動系プログラム デュアルタスク	個別訓練
30	火	FITプログラム ②問題を見つめ直す	個別訓練
31	水	BFお勧めプログラム 相談上手になろう	個別訓練 部署活動