

2024年 8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			体カチェック★★		自立生活のススメ やる気曲線こころの地図	個別訓練
2	金			個別訓練/週間振り返り		模擬就労 ミーティング(プログラム作成)① →企画会議・企画書作成・来月実施	
3	土			個別訓練/面談時間		FIT ホームワーク	
4	日						
5	月			個別訓練 【生活作業向上プログラム】 議事録作成		【スタジオ】月礼拝★★	
6	火			【グループワーク/ディスカッション】 仕事を休む時		FIT プログラム(⑩/12回)	
7	水			ストレスコーピング①	個別訓練	ブレインフィットネス～生活リズム編～	個別訓練
8	木			【スタジオ】ゲーム DE運動★★		FIND⑤	
9	金			個別訓練/週間振り返り		模擬就労 ミーティング(プログラム作成)① →企画会議・企画書作成・来月実施	
10	土			個別訓練/面談時間		FINDホームワーク	
11	日			山の日		山の日	
12	月			もし〇〇だったら? 討論会		自然音でリラックスヨガ★	
13	火			【グループワーク/ディスカッション】 人に頼る・人に尋ねる		FIT プログラム(⑨/12回)	
14	水			JST 自分の要件を伝える	個別訓練	ブレインフィットネス～睡眠編～	個別訓練
15	木			【スタジオ】夏だ! 祭だ! 盆ダンスで盛り上がる! ★★		【自立生活のススメ】 ビジネスマナー 敬語編(基礎)	個別訓練
16	金			個別訓練/週間振り返り		模擬就労 ミーティング(プログラム作成)① →企画会議・企画書作成・来月実施	
17	土			個別訓練/面談時間		FIT ホームワーク	
18	日						
19	月			個別訓練 【生活作業向上プログラム】 ニュースの要約を作ってみよう		五反田インストラクターによる運動プログラム	
20	火			個別訓練 【グループワーク/ディスカッション】 社会・地球問題について考えよう		FIT プログラム(⑧/12回)	
21	水			不調+休職原因分析 ～事例検討で再発防止策を考えよう～	個別訓練	ブレインフィットネス～食事編①～	個別訓練
22	木			座って出来る体幹トレーニング★★		【自立生活のススメ】 時間・タスク管理を身につけよう!	個別訓練
23	金			個別訓練/週間振り返り		模擬就労 ミーティング(プログラム作成)① →企画会議・企画書作成・来月実施	
24	土			個別訓練/面談時間		FIT ホームワーク	
25	日						
26	月			個別訓練 【生活作業向上プログラム】 報告書作成②		【スタジオ】身体の内がみ改善背盤ヨガ★	
27	火			個別訓練 【グループワーク/ディスカッション】 無人島での永住		FIT プログラム(⑦/12回)	
28	水			ストレスコーピング②	個別訓練	ブレインフィットネス～食事編②～	個別訓練
29	木			【スタジオ】ポッチャ大会★		【自立生活のススメ】 ビジネスマナー オフィスでの挨拶	個別訓練
30	金			個別訓練/週間振り返り		模擬就労 ミーティング(プログラム作成)① →企画会議・企画書作成・来月実施	
31	土			個別訓練/面談時間		FIT ホームワーク	
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 朝礼・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上欄に「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」(M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「全体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) :特別プログラム 運動プログラムの注意喚起 ・シャワーなどの運動後 ・着替え ・タオル ・水分(ペットボトル・水筒) 履き替えのご案内 ・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 通所計画が達成できるよう振り替えを行って下さい。	