

10月のシフト

		AMプログラム 10:00~12:00	PMプログラム 13:10~15:00
1日	火	【就労】 FINDプログラム⑤～無理なこと【制約】～	個別訓練／利用者発表
2日	水	【社会】 ◎実践 人間関係を良くする会話術③	【生活】 ブレインフィットネス④～ストレスケア編～
3日	木	【運動】 ツールアクティビティ【スタジオ】	週間目標振り返りと設定
4日	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム⑤～柔軟な考え方をしよう・後編～	週間目標振り返りと設定
5日	土		
6日	日		
7日	月	【運動】 筋力チェック	個別訓練／利用者発表
8日	火	【社会】 【配信】EQ①	個別訓練／利用者発表
9日	水	【就労】 企業が障害者雇用を求めること	【生活】 ブレインフィットネス①～生活リズム編～
10日	木	【運動】 AMRAP【スタジオ】	週間目標振り返りと設定
11日	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム⑥～問題解決に取り組む～	週間目標振り返りと設定
12日	土		
13日	日		
14日	月	【余暇】 芸術の秋・水彩画	コミュニケーションゲーム／個別訓練
15日	火	【就労】 FINDプログラム①～好きなこと【興味】～	個別訓練／利用者発表
16日	水	【社会】 ペーパータワーでビジネスチームワークを構築しよう	【生活】 ブレインフィットネス②～食事編～
17日	木	【運動】 サーキットトレーニング【スタジオ】	週間目標振り返りと設定
18日	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム⑦～行動を通して思い込みを変える～	週間目標振り返りと設定
19日	土		
20日	日		
21日	月	【運動】 ご自愛ケア【センター】	個別訓練／利用者発表
22日	火	【社会】 【配信】EQ②	個別訓練／利用者発表
23日	水	【就労】 ◎面接の準備をしよう	【生活】 ブレインフィットネス③～活動編～
24日	木	【社会】 ◎時間タスク管理	週間目標振り返りと設定
25日	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム⑧～FITプログラムの振り返り～	週間目標振り返りと設定
26日	土	【余暇】 爽りの秋・ハロウィン感謝祭	コミュニケーションゲーム／個別訓練
27日	日		
28日	月	【運動】 職場でこっそりトレーニング【センター】	個別訓練／利用者発表
29日	火	【社会】 仕事の棚卸(キャリアアンカー)	個別訓練／利用者発表
30日	水	【社会】 ◎雑談力を高めよう	【生活】 ブレインフィットネス④～ストレスケア～
31日	木	【運動】 The start today【センター】	週間目標振り返りと設定

◎:グループワークあります