



# ニューロリワーク新松戸センター プログラム表 11月



日	曜日	10:00 ~ 12:00	13:10 ~ 15:00
		AM プログラム	PM プログラム
1	金	事業所ルール説明(月 1回) / 就労系 「企業が障害者雇用を求めること」	個別訓練 / 個別面談 / 10月の振り返り面談 (個別訓練..タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
2	土		
3	日		
4	月	祝日プログラム 「企画中(レクリエーション系)」	個別訓練 / 個別面談 / 10月の振り返り面談 (個別訓練..タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
5	火	社会系 FITプログラム 9/12 「行動を通して思い込みを変えようー後編ー」	個別訓練 / 個別面談 / 10月の振り返り面談
6	水	生活系 気象病の対策をしよう	個別訓練 / 個別面談 / 10月の振り返り面談
7	木	運動系 デュアルタスクトレーニング 「脳と体を一緒に使ってみよう」 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練 / 個別面談
8	金	就労系 「ビジネスマナー トーク編」	個別訓練 / 個別面談
9	土		
10	日		
11	月	社会系 ストレスコーピング 4/7 「ソーシャルサポート、日常生活、リラクゼーション」	個別訓練 / 個別面談 (個別訓練..タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
12	火	生活系 ブレインフィットネス 4/4 「状況に合わせて対処する」	閉所 (サービス時間は 13時まで)
13	水	社会系 プラス表現トレーニング 「状況編・実践」	個別訓練 / 個別面談
14	木	就労系 FINDプログラム 1/5 「興味+働く意義」	個別訓練 / 個別面談
15	金	運動系 「季節の不調対策ヨガ」 スタジオ移動 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練 / 個別面談
16	土		
17	日		
18	月	社会系 ストレスコーピング 5/7 「行動活性化、マインドフルネス」	個別訓練 / 個別面談 / 模擬就労
19	火	生活系 偏った食事にプラス α	個別訓練 / 個別面談 / 模擬就労
20	水	社会系 FITプログラム 10/12 「スキーマに気づこう」	個別訓練 / 個別面談 / 模擬就労
21	木	運動系 「体力UPウォーキング」 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練 / 個別面談 / 模擬就労
22	金	就労系 「情報収集プログラム」	個別訓練 / 個別面談 / 模擬就労
23	土		
24	日		
25	月	社会系 ストレスコーピング 6/7 「アンガーコントロール」	個別訓練 / 個別面談 (個別訓練..タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
26	火	生活系 ブレインフィットネス 1/4 「生活のリズムを整える」	個別訓練 / 個別面談
27	水	社会系 FITプログラム 11/12 「スキーマを修正しよう」	個別訓練 / 個別面談
28	木	就労系 「応募書類を作成しよう」	個別訓練 / 個別面談
29	金	運動系 「優しい筋トレ 体力UPサーキット」 スタジオ移動 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練 / 個別面談
30	土		
31	日		

9:30 開所  
9:50 朝礼 / マインドフルネス瞑想  
10:00-12:00 AMプログラム  
12:00-13:00 ランチ  
13:00-13:10 昼礼  
13:10-15:00 PMプログラム  
15:00-15:30 終礼 / 1日の振り返り



Onewプログラム、特別プログラム、青字

○運動プログラム、赤字  
準備物  
・ジャージなどの運動服(着替え)・タオル  
・水分(ペットボトル・水筒)

○個別訓練について  
何をしてもよいか分からない方は、気兼ねなく職員へご相談下さい。  
週間、月間など皆さんのペースと一緒に考えましょう。

○塾制度について  
【正式利用を希望されている実習中の方】  
随時、塾制度のガイダンスを受けるようにしてください。