

11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	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム①～FITを知る～	個別訓練／週間振り返り
2日	土		
3日	日		
4日	月	【余暇】 風船バレーボール	コミュニケーションゲーム／個別訓練
5日	火	【就労】 FINDプログラム②～得意なこと【適性】～	個別訓練／利用者発表
6日	水	【生活】 掃除プログラム	【生活】 ブレインフィットネス①～生活リズム編～
7日	木	【運動】 AMRAP【スタジオ】	個別訓練／週間振り返り
8日	金	【社会】 ◎【配信】FITプログラム②～問題を見つめなおす～	個別訓練／週間振り返り
9日	土		
10日	日		
11日	月	【運動】 筋力チェック	コミュニケーションゲーム／個別訓練
12日	火	【社会】 【配信】EQ③	
13日	水	【社会】 リワーク活動報告書を作成しよう	【生活】 ブレインフィットネス②～食事編～
14日	木	【運動】 全身ストレッチ【スタジオ】	個別訓練／週間振り返り
15日	金	【社会】 ◎FITプログラム③～柔軟な考え方をしよう・前編～	個別訓練／週間振り返り
16日	土		
17日	日		
18日	月	【運動】 ウォーキング	個別訓練／利用者発表
19日	火	【就労】 FINDプログラム②～得意なこと【適性】～	個別訓練／利用者発表
20日	水	【特別プログラム】 避難訓練	【生活】 ブレインフィットネス③～活動編～
21日	木	【社会】 アサーション	個別訓練／週間振り返り
22日	金	【社会】 ◎FITプログラム④～柔軟な考え方をしよう・中編～	個別訓練／週間振り返り
23日	土	【余暇】 非常識な読書術	コミュニケーションゲーム／個別訓練
24日	日		
25日	月	【運動】 ウォーキング	個別訓練／利用者発表
26日	火	【就労】 【配信】アンガーコントロール	個別訓練／利用者発表
27日	水	【社会】 ◎ブレインストーミング～祝日プログラムでやりたいこと～	【生活】 ブレインフィットネス④～ストレスケア～
28日	木	【運動】 サーキットトレーニング【スタジオ】	個別訓練／週間振り返り
29日	金	【社会】 文字コミュニケーションを考えよう	個別訓練／週間振り返り
30日	土		

◎:グループワークあります