

2025年 1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	10:00～12:00 プログラムまたは個別訓練 (10:50～10分休憩)		13:15～15:00 プログラムまたは個別訓練 (14:00～10分休憩)	
1	水						
2	木						
3	金						
4	土						
5	日						
6	月			お正月特別 書初め大会		ポジティブ心理学①	
7	火			キャリアアンカー ↓		FIND⑥ホームワーク	
8	水			生活作業向上プログラム ニュース要約		ブレインフィットネス～運動～	
9	木			初詣ウォーキング★		FITプログラム (⑩/12回)	
10	金			週間振り返り/個別訓練		週間振り返り/個別訓練	
11	土			個別訓練		個別訓練	
12	日						
13	月			報連相を意識しよう 報告編		16タイプの性格分析/BIG5	
14	火			リワークプログラム 事例検討		FINDプログラム④	
15	水			自立生活のススメ 仕事・暮らしの苦手解決～実行機能③～		ブレインフィットネス～知的刺激～	
16	木			【スタジオ】体カチェック★★		FITホームワーク (⑩/12回)	
17	金			週間振り返り/個別訓練		模擬就労	
18	土			個別訓練		個別訓練	
19	日						
20	月			【グループワークディスカッション】 みんなでシェアする節約術		メタ認知③	
21	火			アンガーコントロール 😡		FINDホームワーク④	
22	水			自立生活のススメ 文字コミュニケーションを考えよう		ブレインフィットネス～ストレスケア①～	
23	木			【スタジオ】太陽礼拝を覚えよう (ヨガ) ★★★		FITプログラム (⑩/12回)	
24	金			週間振り返り/個別訓練		模擬就労	
25	土			個別訓練		個別訓練	
26	日						
27	月			報連相を意識しよう 連絡編		ポジティブ心理学②	
28	火			悩み方のスキル ✨		FINDプログラム⑤	
29	水			生活作業向上プログラム 仕事・暮らしの苦手解決～実行機能④～		ブレインフィットネス～ストレスケア②～	
30	木			【スタジオ】楽しくコアトレ! ★★★		FITホームワーク (⑩/12回)	
31	金			週間振り返り/個別訓練		模擬就労	
<b>毎日の基本スケジュール</b> 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 終礼・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				<b>表の使い方</b> ①上部に「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」「AM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「全休」「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。		<b>プログラム分類</b> <span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:#f8d7da; border:1px solid #f5c6cb;"></span> : 運動系 <span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:#fff3cd; border:1px solid #ffeeba;"></span> : 生活系 <span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:#d1ecf1; border:1px solid #bee5eb;"></span> : 社会系	
<b>赤字: 運動プログラム(月PM、木AM)</b> <b>青字: FIT(心と思考の柔軟性を高める)プログラム(木PM)</b> <span style="display:inline-block; width:15px; height:15px; background-color:#fff3cd; border:1px solid #ffeeba;"></span> : 特別プログラム <b>運動プログラムの準備物</b> ・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) <b>振り替えのご案内</b> ・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、目標とする通所計画が達成できるよう振り替えを行ってください。							