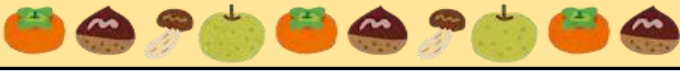
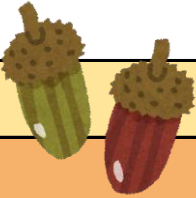


日	曜日	塾	10：00 ～ 12：00	13：00 ～ 15：00
1	土		個別訓練	★ニューロトーク
2	日			
3	月		★課題を考えてみよう/個別訓練	★課題を考えてみよう/個別訓練
4	火	社会	FIT③～柔軟な考え方しよう～	個別訓練
5	水	生活	朝活（清掃）/個別訓練	★ブレインフィットネスプログラム③ ～生活の質を上げる（運動編）～
6	木	運動	★運動プログラム(体力測定)	個別訓練
7	金	就労	★模擬就労	1週間の振り返り/個別訓練
8	土		ストレスコーピング 実践 スクラッチアート	個別訓練
9	日			
10	月	就活	★FIND⑤自己理解を深めよう 仕事をする上で自分にとって無理なことって何？	個別訓練
11	火	社会	★ストレスコーピング③	
12	水	生活	個別訓練	★避難訓練
13	木	運動	★運動プログラム	★体力測定(予備日)/個別訓練
14	金	就労	★模擬就労	1週間の振り返り/個別訓練
15	土		★ペットボトルでボウリング大会	個別訓練
16	日			
17	月	就活	朝活（清掃）/個別訓練	★心理士開催プログラムポジティブ心理学①
18	火	社会	FIT④～柔軟な考え方しよう～	個別訓練
19	水	生活	個別訓練	★ブレインフィットネスプログラム 知的刺激
20	木	運動	★運動プログラム	個別訓練
21	金	就労	★模擬就労	1週間の振り返り/個別訓練
22	土		★コミュニケーションゲーム	個別訓練
23	日			
24	月	就活	個別訓練	★やる気曲線・心の地図
25	火	社会	★JST～質問してわからない事を 明確にしよう～	個別訓練
26	水	生活	個別訓練	★デュアルタスクトレーニング
27	木	運動	★運動プログラム	個別訓練
28	金		1週間の振り返り/ 1カ月の振り返り（トレーニングレポート）	1週間の振り返り/ 1カ月の振り返り（トレーニングレポート）
29	土		個別訓練	★左右で卓球！（卓球トーナメント）
30	日			

一カ月の通所予定数 22 日

★=合同プログラム

✧ブレインフィットネスプログラム✧

生活習慣の改善と構築・維持を行い、就労・復職準備の土台を整えるプログラム

✧FITプログラム✧

認知行動療法をに基づいて作られたプログラム。成育歴や経験から来る「認知」を知り、思考や行動の柔軟性を高め、困難を乗り越えていく力を身に付けていきます。

✧FINDプログラム✧

自己理解を促し、今後のより良い働き方を見つけるプログラム。
長期安定就労のための自己理解を深めることができます。

