

2026年3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	日							
2	月			体のエネルギーチェック★	ニューロJOB			
3	火			【生活系】 習慣化7つのコツ	FIND (2/5回)			
4	水			【リワークプログラム】 ストレスコーピング①	ブレインフィットネス 食事②			
5	木			FITプログラム (1/8回)	【コミュニケーション】 花粉症対策			
6	金			週間振り返り/個別訓練	週間振り返り/個別訓練			
7	土			パーソナルヨガ	パーソナルヨガ			
8	日							
9	月			【スタジオ】ヨガベーシック★★	ニューロJOB			
10	火			FIND (3/5回)	【運動プログラム】 合同配信			
11	水			【リワークプログラム】 セルフケア③応用編～仕事・人との付き合い方～	ブレインフィットネス 運動			
12	木			FITプログラム (2/8回)	仕事・暮らしの苦手解決(実行機能トレーニング) プランニングとワーキングメモリ 後編			
13	金			週間振り返り/個別訓練	週間振り返り/個別訓練			
14	土			個別訓練	個別訓練			
15	日							
16	月			心理系 メタ認知①	ニューロJOB			
17	火			【リワークプログラム】 ストレスコーピング②	ブレインフィットネス 知的刺激			
18	水			FIND (4/5回)	【スタジオ】安眠のためのゆったりヨガ★			
19	木			FITプログラム (3/8回)	ボードゲーム・カードゲーム			
20	金			【祝日特別プログラム】 新宿御苑でパークヨガ	週間振り返り/個別訓練			
21	土			個別訓練	個別訓練			
22	日							
23	月			悩み方のスキル	ニューロJOB			
24	火			仕事・暮らしの苦手解決③(実行機能トレーニング) セルフモニタリング	FIND (4/5回)			
25	水			【リワークプログラム】 ストレスコーピング③	【スタジオ】のびのびヨガ★★			
26	木			FITプログラム (4/8回)	ブレインフィットネス ストレスケア①			
27	金			週間振り返り/個別訓練	週間振り返り/個別訓練			
28	土			【特別プログラム】 ミサンガをつくろう☆	個別訓練			
29	日							
30	月			仕事・暮らしの苦手解決④(実行機能トレーニング) 自己抑制	ニューロJOB			
31	火			【リワークプログラム】 事例検討	ブレインフィットネス ストレスケア②			
				表の使い方 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。 ③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。  プログラム分類 <input type="checkbox"/> : 運動系 <input type="checkbox"/> : 生活系 <input type="checkbox"/> : 社会系	◎振り替えのご案内 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替通所を行ってください。  ◎赤字：運動プログラム(木AM) 運動プログラムの準備物 ・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)  ◎運動プログラムについて 2026年2月より運動プログラムの実施曜日が変更になっております。			