

名前

日	曜日	通所予定	食事	通院	塾	10:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
1	金	午前通所 午後通所		通院	就労	1週間の振り返り/個別訓練	★模擬就労
2	土	午前通所 午後通所		通院			
3	日	午前通所 午後通所		通院			
4	月	午前通所 午後通所		通院		★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
5	火	午前通所 午後通所		通院	社会	★FIT⑦～スキーマに気づく～	個別訓練
6	水	午前通所 午後通所		通院	生活	個別訓練	★ブレインフィットネスプログラム① ～生活のリズムを整える～
7	木	午前通所 午後通所		通院	運動	★体力測定/運動PG	個別訓練
8	金	午前通所 午後通所		通院	就労	★模擬就労	1週間の振り返り/個別訓練
9	土	午前通所 午後通所		通院			
10	日	午前通所 午後通所		通院			
11	月	午前通所 午後通所		通院	就活	★FIND④ ～興味(好きなこと)+働く意義～	個別訓練
12	火	午前通所 午後通所		通院	社会	個別訓練	★心理士開催PG メタ認知③
13	水	午前通所 午後通所		通院	生活	★ブレインフィットネスプログラム 朝活(清掃&ウォーキング)	個別訓練
14	木	午前通所 午後通所		通院	運動	★体力測定(予備日)/自由課題	★運動PG<<体幹!ピラティス>>
15	金	午前通所 午後通所		通院	就労	1週間の振り返り/個別訓練	★模擬就労
16	土	午前通所 午後通所		通院		★コミュニケーションゲーム! (カードゲームとかコミュニケーション系)	個別訓練
17	日	午前通所 午後通所		通院			
18	月	午前通所 午後通所		通院	就活	★心理士開催プログラム ポジティブ心理学⑦	個別訓練
19	火	午前通所 午後通所		通院	社会	個別訓練	プレスト!サザエさん症候群を打開せよ!
20	水	午前通所 午後通所		通院	生活	個別訓練	★特別プログラム 看護師さん開催! 季節の体調の整え方
21	木	午前通所 午後通所		通院	運動	★にじいろホールで運動PG	個別訓練
22	金	午前通所 午後通所		通院	就労	★模擬就労	1週間の振り返り/個別訓練
23	土	午前通所 午後通所		通院		★ペットボトルでボウリング	個別訓練
24	日	午前通所 午後通所		通院			
25	月	午前通所 午後通所		通院	就活	個別訓練	リワークプログラム(EQ②)/ SST 良いMTGを行うには
26	火	午前通所 午後通所		通院	社会	★FIT⑧～新しいスキーマを確認しよう～	個別訓練
27	水	午前通所 午後通所		通院	生活	★プレゼン大会	★ブレインフィットネスプログラム 昼活(清掃&ウォーキング)
28	木	午前通所 午後通所		通院	運動	個別訓練	★運動PG
29	金	午前通所 午後通所		通院		1カ月の振り返り(トレーニングレポート)	1カ月の振り返り(トレーニングレポート)
30	土	午前通所 午後通所		通院		個別訓練	★ストレスコーピング スクラッチアート
31	日	午前通所 午後通所		通院			

一カ月の通所予定数

/23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。

好きなことや得意なことを整理することで、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。