

	AM	PM	AM(10:00~12:00)	単位	PM(13:10~15:00)	単位
1	水		仕事 暮らしの苦手解決①オリエンテーション/プランニング前編	生	個別訓練	
2	木		ブレインフィットネス①生活リズム編	社	個別訓練	
3	金		FITプログラム①FITを知る	社	個別訓練	
4	土					
5	日					
6	月		ポジティブ心理学	社	個別訓練	
7	火		FINDプログラム⑤制約/無理なこと	社	個別訓練	
8	水		ブレインフィットネス②食事編	生	個別訓練	
9	木		FITプログラム②問題を見つめなおす	社	個別訓練	
10	金		～盆踊りで夏を感じよう！～	運	個別訓練	
11	土		ダイヤモンドアートに挑戦！		個別訓練	
12	日					
13	月		体力測定	運	個別訓練	
14	火		ストレスコーピング③	社	個別訓練	
15	水		ブレインフィットネス③活動編	生	個別訓練	
16	木		仕事 暮らしの苦手解決②プランニング後編/ワーキングメモリ	社	個別訓練	
17	金		FITプログラム③柔軟な考え方をしよう・前編	社	個別訓練	
18	土					
19	日					
20	月		心理師が教える コラージュ		個別訓練	
21	火		FINDプログラム①興味・好きなこと	社	個別訓練	
22	水		ブレインフィットネス④ストレスケア編	生	個別訓練	
23	木		再発防止策を作成しよう	就	個別訓練	
24	金		FITプログラム④柔軟な考え方をしよう・中編	社	個別訓練	
25	土		初心者も安心！ダーツ大会		個別訓練	
26	日					
27	月		傾聴で人間関係はよくなる	社	個別訓練	
28	火		個別訓練		美姿勢を創ろう！	運
29	水		アンガーコントロール	社	個別訓練	
30	木		ストレスコーピング④	社	個別訓練	
31	金		報連相を学ぼう	社	個別訓練	

開所9:30 朝礼9:50 昼礼13:00 終礼15:00
 AM訓練10:00~12:00 PM訓練13:10~15:00
 昼休憩12:00~13:00

毎週個別訓練の時間に、担当支援員と1週間の振り返りを行います。