



ニューロリワーク新松戸センター プログラム表 9月



日	曜日	10:00 ～ 12:00	13:10 ～ 15:00
		AM プログラム	PM プログラム
1	火	塾制度説明 (月1回) / 生活系「脳の疲労回復」	個別訓練／個別面談／8月の振り返り面談 (個別訓練...タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
2	水	社会系 FITプログラム 3/12 「柔軟な考え方をしよう～前編～」	個別訓練／個別面談／8月の振り返り面談
3	木	運動系「体力測定会」 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談／8月の振り返り面談
4	金	就労系「やる気曲線、心の地図」	個別訓練／個別面談／8月の振り返り面談
5	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
6	日		
7	月	生活系 ブレインフィットネス 3/4 「生活の質を上げる(活動編)」	個別訓練／個別面談 (個別訓練...タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
8	火	社会系 ポジティブ心理学 3/8 「エンゲージメント・人間関係」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
9	水	個別訓練／個別面談	運動系「のびのびヨガ」 イントラ八百川さん ※下記の準備物を確認ください
10	木	社会系 FITプログラム 4/12 「柔軟な考え方をしよう～中編～」	個別訓練／個別面談
11	金	就労系 FINDプログラム 2/5 「適性+働く意義」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
12	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
13	日		
14	月	社会系 プラス表現トレーニング 「状況編・実践」	個別訓練／個別面談 (個別訓練...タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
15	火	生活系 「ネットリテラシー」	個別訓練／個別面談
16	水	社会系 FITプログラム 5/12 「柔軟な考え方をしよう～後編～」	個別訓練／個別面談
17	木	運動系「ウォーキング」 ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談
18	金	個別訓練／個別面談／週間振り返り	「障害者就業・生活支援センターとは？」 特別講師:ピック・ハート松戸様
19	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
20	日		
21	月	その他 祝日限定プログラム 「クラフト・ハンド編みかご工房～雑貨編～」	個別訓練／個別面談 (個別訓練...タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
22	火	その他 祝日限定プログラム 「秋の壁面作り」	個別訓練／個別面談
23	水	その他 祝日限定プログラム 「コミュニケーションゲーム」	個別訓練／個別面談
24	木	社会系 FITプログラム 6/12 「問題解決を目指す」	個別訓練／個別面談
25	金	就労系 「ブレインストーミング～ハロウィンの楽しみ方～」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
26	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
27	日		
28	月	社会系 ポジティブ心理学 4/8 「意味・達成」	個別訓練／個別面談 (個別訓練...タイピング・読書・資格勉強・脳トレ・データ入力・エアロバイクなど)
29	火	運動系「美脚ヨガ」イントラ八百川さん ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談
30	水	社会系 FITプログラム 7/12 「問題解決に取り組む」	個別訓練／個別面談

9:30 開所

9:50 朝礼／マインドフルネス瞑想

10:00-12:00 AMプログラム

12:00-13:00 ランチ

13:00-13:10 昼礼

13:10-15:00 PMプログラム

15:00-15:30 終礼/1日の振り返り



Qnewプログラム、特別プログラム:青字

○運動プログラム

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)

○個別訓練について

何をしてもいかに分からない方は、気兼ねなく職員へご相談下さい。

週間、月間など皆さんのペースと一緒に考えましょう。

○塾制度について

【正式利用を希望されている実習中の方】

随時、塾制度のガイダンスを受けるようにしてください。