2026年11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（就労系）			
3	火			【就労/リワークプログラム】 ストレスコーピング⑤			ブレインフィットネス（生活系） 生活の質を上げる 活動編			
4	水			FIT（4/8回）（社会系） 柔軟な考え方をしよう　中編			AIナビゲーションプログラム(就労系) 第1回：生成AIの基礎 ＋ 文章作成			
5	木			実行機能トレーニング（生活系） ③自己抑制			心理系（その他） こころのストレッチ①			
6	金			週間振り返り/個別訓練			週間振り返り/個別訓練			
7	土			個別訓練			個別訓練			
8	日									
9	月			【スタジオ】 のびのびヨガ★★			ニューロJOB（就労系）			
10	火			【就労/リワークプログラム】 ストレスコーピング⑥			午後閉所			
11	水			FIT（5/8回）（社会系） 柔軟な考え方をしよう　後編			AIナビゲーションプログラム(就労系) 第2回：BF × 生成AI			
12	木			実行機能トレーニング（生活系） ⑤注意の持続			FIND　(1/5回)（社会系） 興味(好きな事)+働く意義			
13	金			週間振り返り/個別訓練			週間振り返り/個別訓練			
14	土			【特別プログラム】 秋のデトックスヨガ			個別訓練			
15	日									
16	月			【生活系】 瞑想について			ニューロJOB（就労系）			
17	火			ブレインフィットネス（生活系） 状況に合わせて対処する①			【就労/リワークプログラム】 事例検討			
18	水			FIT（6/8回）（社会系） 問題解決に取り組む			【スタジオ】 肩こり解消ヨガ★			
19	木			心理系（その他） こころのストレッチ②			FIND　(2/5回)（社会系） 適性(得意な事)+働く意義			
20	金			週間振り返り/個別訓練			週間振り返り/個別訓練			
21	土			個別訓練			個別訓練			
22	日									
23	月			実行機能トレーニング（生活系） ⑥シフティング			ニューロJOB（就労系）			
24	火			【就労/リワークプログラム】 なぜ休職したのか考えよう			ブレインフィットネス（生活系） 状況に合わせて対処する②			
25	水			FIT（7/8回）（社会系） 行動を通して思い込みを変えよう			【スタジオ】 呼吸を感じるヨガ★			
26	木			心理系（その他） こころのストレッチ③			FIND　(3/5回)（社会系） 価値観(大事な事)+働く意義			
27	金			週間振り返り/個別訓練 復職の方：リワーク活動報告書入力日			週間振り返り/個別訓練 復職の方：リワーク活動報告書入力日			
28	土			個別訓練			個別訓練			
29	日									
30	月			対応力　発揮プログラム（生活系） ②対応力のある人とは？			ニューロJOB（就労系）			

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。

プログラム分類は、かっこ内を参考にしてください

◎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
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）

★月末の金曜日はリワーク活動報告書作成日としています。職場に提出する必要がある方はこの時間に記入、完成したらスタッフへお声がけください。