ニューロリワーク新松戸センター　プログラム表　　11月

日	曜日	10:00 ～ 12:00 AM プログラム	13:10 ～ 15:00 PM プログラム
1	日		
2	月	**通所重要性アナウンス** ／生活系 **「AIナビゲーションプログラム①　～生成 AIの基礎＋文章作成～」**	個別訓練／個別面談／10**月の振返り面談** （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）
3	火	**祝日プログラム** 「コミュニケーションゲーム」	個別訓練／個別面談／ **10月の振り返り面談**
4	水	**個別訓練／個別面談／　10月の振り返り面談**	運動系 **「イントラハ百川さん」** ※下記の準備物を確認ください
5	木	社会系　**FITプログラム**　12/12 「FITプログラムの振り返り」	個別訓練／個別面談
6	金	就労系　**ブレインストーミング** 「心に残るクリスマス・イベント」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
7	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
8	日		
9	月	社会系　**ポジティブ心理学**　7/8 「レジリエンス②」	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）
10	火	生活系 **「AIナビゲーションプログラム②　× ブレインフィットネス」**	**閉所** **（サービス時間は 13時まで）**
11	水	社会系　**FITプログラム**　1/12 「FITプログラムを知る」	個別訓練／個別面談
12	木	運動系 **「職場でこっそりトレーニング」** ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談
13	金	就労系　**FINDプログラム**　5/5 「制約＋働く意義」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
14	土	オンライン合同配信**「デトックスヨガ」インストラクター実施** ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談
15	日		
16	月	社会系　**プラス表現トレーニング** 「自己表現編・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）
17	火	生活系　**ブレインフィットネス**　2/4 「生活の質を上げる（食事編）」	個別訓練／個別面談
18	水	社会系 **「AIナビゲーションプログラム③　× FIT」**	個別訓練／個別面談
19	木	運動系 **「秋のウォーキング」** ※下記の準備物を確認ください	個別訓練／個別面談
20	金	就労系　**SST＋JST実践プログラム**　1/8 「コミュニケーションの基本 「印象」と「挨拶」」	個別訓練／個別面談／週間振り返り
21	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
22	日		
23	月	祝日プログラム **「クリスマス・オーナメントづくり」**	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）
24	火	個別訓練／個別面談	運動系 **「イントラハ百川さん」** ※下記の準備物を確認ください
25	水	生活系（単発） **「ライフハック②　～日常生活編～片付け・コミュニケーション」**	個別訓練／個別面談／トレーニングレポート作成
26	木	社会系　**FITプログラム**　2/12 「問題を見つめなおす」	個別訓練／個別面談／トレーニングレポート作成
27	金	就労系 **「AIナビゲーションプログラム④　× FIND」**	個別訓練／個別面談／ **11月の振り返り面談**
28	土	個別訓練／個別面談	個別訓練／個別面談
29	日		
30	月	社会系　**ポジティブ心理学**　8/8 「レジリエンス③」	個別訓練／個別面談／ **11月の振り返り面談**

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

○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
何をしてよいか分からない方は、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で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。