

11月 リワークプログラム

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------|-------------------|---------------|-------------------------------|------------------|-----------|
| 日 | | | | 1 | 2 | 3 |
| AM | | | | ☆作業課題 | ストレッチ/ ブレインジム | |
| PM | | | | ☆指示出し指示受け トレーニング | アサーション トレーニング | |
| | | | | | ナイトケア | |
| 日 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| AM | 殿ヶ谷戸庭園 ボランティア | ☆今月の目標 | 軽作業 | ☆作業課題 | ストレッチ/ ブレインジム | |
| PM | マインド フルネス | 認知行動療法 | ☆要約 トレーニング | 全体会議 <small>防災 訓練</small> | アロマ セラピー※ | |
| | | | | | ナイトケア | |
| 日 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| AM | 殿ヶ谷戸庭園 ボランティア | ボランティアor 作業テスト | 軽作業 | ☆作業課題 | ストレッチ/ ブレインジム | |
| PM | 木の実の インテリア※ | 認知行動療法 | 美術※ | ☆指示出し指示受け トレーニング | わたし企画 | |
| | | | | | ナイトケア | |
| 日 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| AM | 殿ヶ谷戸庭園 ボランティア | 武蔵国分寺公園 ボランティア | 軽作業 | ☆作業課題 | 勤労感謝 の日 | 土曜 DC※ |
| PM | マインド フルネス | 認知行動療法 | しゃべり場 | 公園で スポーツ！ | | |
| 日 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | |
| AM | 殿ヶ谷戸庭園 ボランティア | ☆自己洞察 | 軽作業 | ☆作業課題 | ストレッチ/ ブレインジム | |
| PM | 栄養& 簡単クッキング | 認知行動療法 | 美術※ | SST | マナー講座 | |
| | | | | | ナイトケア | |

*網掛けの枠は、青年期プログラムと合同です *ナイトケアは任意です

*天候等により、プログラムが変更となる場合があります

*"☆"はリワークプログラム参加者用プログラムです

*"※"は個別課題に変更可能です

*15～16時は個別課題の時間となります(課題が終わっていたら帰宅可です)

*主治医診察・産業医面談以外は、全てのプログラムに参加してください

参加が難しい場合は、担当スタッフと相談してください

*遅刻・欠席する場合は、事前に連絡をしてください