

4月 リワークプログラム

	月	火	水	木	金	土
日	2	3	4	5	6	7
AM	お花見準備※	☆今月の目標	軽作業	☆作業課題	マインドフルネス	
PM	お花見※	認知行動療法	茶道※	☆新聞要約	ストレッチ／ブレインジム	
					ナイトケア	
日	9	10	11	12	13	14
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	マナー講座	土曜DC (任意)
PM	アサーショントレーニング	認知行動療法	美術※ 防災訓練	ストレッチ／ブレインジム	全体会議	
日	16	17	18	19	20	21
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	SST	
PM	しゃべり場	認知行動療法	自己理解を深めるワーク	音楽※	ストレッチ／ブレインジム	
					ナイトケア	
日	23	24	25	26	27	28
AM	殿ヶ谷戸庭園ボランティア	☆自己洞察	軽作業	☆作業課題	アロマセラピー	
PM	マインドフルネス	認知行動療法	美術※	わたし企画	カードゲーム／ブレインジム	
					ナイトケア	
日	30					
AM	振替休日					
PM						

* 網掛けの枠は、青年期プログラムと合同です

* 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