

8月 リワークプログラム

	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6
AM	☆作業課題	軽作業	☆今月の目標	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジ ^ム	
PM	弁証法的行動療法 (DBT)	認知行動療法	アロマテラピー	音楽鑑賞	Points Of You [®]	訓練
日	8	9	10	11	12	13
AM	☆作業課題	☆要約 トレーニング	☆自己洞察			
PM	簡単クッキング	認知行動療法	アート	山の日	夏季休暇	
日	15	16	17	18	19	20
AM		軽作業	☆自己洞察	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジ ^ム	自分で チョイス
PM	夏季休暇	認知行動療法	茶道/ 自分でチョイス	音楽鑑賞	全体会議	レク
日	22	23	24	25	26	27
AM	☆作業課題	☆要約 トレーニング	☆自己洞察	武蔵国分寺公園 ボランティア	ストレッチ/ ブレインジ ^ム	
PM	弁証法的行動療法 (DBT)	認知行動療法	アート	生活訓練Kaizen “強み探し”	フルーツあめ 作り	
日	29	30	31			
AM	☆作業課題	軽作業	☆自己洞察			
PM	マインド フルネス	アサーション トレーニング	しゃべり場			

- * 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
- * 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
- * 土曜DCは任意です
- * レポート作成等の作業は16時まで可能です(要事前申請)