

## 令和8年3月 リワーク準備コース予定表

月			木			金		
2	AM	心理教育	5	AM	合同スポーツ（講師）	6	AM	OB講話
	PM	認知行動療法		PM	プレゼン準備・発表		PM	
9	AM	認知行動療法	12	AM	合同スポーツ	13	AM	面接・ワーク
	PM	面接・ワーク		PM	コミュニケーション		PM	
16	AM	書道	19	AM	合同スポーツ（講師）	20	AM	祝日
	PM	認知行動療法		PM	復職プラン作り		PM	春分の日
23	AM	面接・ワーク	26	AM	合同スポーツ	27	AM	デイケア春休み
	PM	認知行動療法		PM	セルフケア		PM	
30	AM	デイケア春休み					AM	
	PM						PM	

※ 9:30～10:00は「朝のミーティング」、10:00～10:15は「ラジオ体操」を行います  
 ※ 「帰りのミーティング」は月・木曜日15:00～15:30、金曜日12:00～12:30に行います

※ 「朝のミーティング」と「帰りのミーティング」で「活動記録表」を使用します

※ プログラムは変更する場合があります

※ 4月は6日(月)からはじまります