令和8年11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	面接・ワーク
	PM	認知行動療法		PM	セルフケア		PM	
9	AM	書道	12	AM	合同スポーツ	13	AM	面接・ワーク
	PM	認知行動療法		PM	コミュニケーション		PM	
16	AM	プレゼン準備	19	AM	合同スポーツ（講師）	20	AM	面接・ワーク
	PM	認知行動療法		PM	プレゼン発表		PM	
23	AM	祝日	26	AM	合同スポーツ	27	AM	全体活動 面接・ワーク
	PM	勤労感謝の日		PM	復職プラン作り		PM	
30	AM	認知行動療法						
	PM	合同ゼミ グループエクササイズ						

※ 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

※ １２月２８日～１月３日はデイケア冬休みです