

4月プログラム表

ニューロリワーク春日部センター

月	火		水		木		金		土										
1	2		3		4		5		6										
午前	清掃 個別訓練		午前	ワークショップ		午前	フィジカルアップ～体力測定～		午前	FIT ~スキーマに気づく		午前	個別訓練						
12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩						
午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	1週間の振り返り 個別訓練						
8		9		10		11		12				13							
午前	個別訓練		午前	フィジカルアップ		午前	グループワーク		午前	ワークショップ		午前	ブレインフィットネス～生活のリズム～						
12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩						
午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	1週間の振り返り 個別訓練						
15		16		17		18		19				20							
午前	個別訓練		午前	プレゼン大会～自分プレゼン～		午前	フィジカルアップ		午前	FIT～新しいスキーマ～		午前	ストレスコーピング～実践編～						
12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩						
午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	1週間の振り返り 個別訓練						
22		23		24		25		26				27							
午前	個別訓練		午前	職場塾		午前	ストレスコーピング～ストレスへ		午前	フィジカルアップ		午前	ブレインフィットネス～生活の質を上げる～		午前	個別訓練			
12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩		12:00～	昼休憩						
午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	個別訓練		午後	1週間の振り返り 個別訓練						
29		30																	
午前	FIND～得意な事～		午前	個別訓練															
		12:00～		昼休憩															
		午後		レポート作成 個別訓練															

運動系プログラム	「運動」に関係し実際に身体を動かすことを目的としたプログラム	09:30～ 入室 09:50～ 朝礼 10:00～ 午前のプログラム 11:00～ 休憩 11:10～ 再開 12:00～ 終了 12:00～ 昼休憩	13:00～ 昼礼 13:00～ 午後のプログラム 14:00～ 休憩 14:10～ 再開 15:00～ 終了 15:00～ 終礼 15:05～ 退室
生活系プログラム	「生活遂行力」を向上することに関係したプログラム		
社会系プログラム	「社会適応力」を向上することに関係したプログラム		
就労系プログラム	「キャリア形成力」を向上することに関係したプログラム		