2026年　9月　ニューロリワーク　錦糸町センター　プログラム表

プログラム予定

日	曜日	10：00 ～ 12：00	13：15 ～ 15：00	通所予定記入欄 予定			半日/欠席理由	ランチ
1	火	個別訓練	生活系　ブレインフィットネス　1/4 「生活のリズムを整える」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
2	水	社会系　FITプログラム 1/8 FITプログラムを知る	社会系　ポジティブ心理学　9/10 「レジリエンス④」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
3	木	運動系　呼吸法	NEW オフィスルールガイダンス	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
4	金	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
5	土	NEW カードで繋がる対話の時間	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
6	日							
7	月	生活系　コミュニケーション 探検隊の宝の地図	就労系　FINDプログラム　1/5 「興味＋働く意義」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
8	火	社会系　FITプログラム 2/8 問題を見つめなおす	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
9	水	個別訓練	NEW 心配事を減らす方法	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
10	木	NEW 運動　運動計画	社会系　ポジティブ心理学　10/10 「レジリエンス⑤」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
11	金	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
12	土	個別訓練	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
13	日							
14	月	NEW お悩み別トークタイム	就労系 リカバリマネジメント 2/3	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
15	火	個別訓練	生活系　ブレインフィットネス　2/4 「生活の質を上げる（食事編）」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
16	水	社会系　FITプログラム 3/8 柔軟な考え方をしよう・前編	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
17	木	運動系　自分の体力を知ろう 体力測定	社会系　ポジティブ心理学　1/10 「ポジティブ心理学の考え方」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
18	金	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
19	土	NEW 週末ほっと一息 キャリアサロン①	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
20	日							
21	月	NEW お風呂でほっと一息　バスボムづくり	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
22	火	就労系 リカバリマネジメント 3/3	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
23	水	NEW 相談上手になろう	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
24	木	運動系　デュアルタスク	社会系　ポジティブ心理学　2/10 「ポジティブ感情を広げよう！」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
25	金	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	ウィークリーレポート振り返り ／個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
26	土	個別訓練	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
27	日							
28	月	生活系 トレーニングと食事	就労系　FINDプログラム　2/5 「適性＋働く意義」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
29	火	個別訓練	生活系　ブレインフィットネス　3/4 「生活の質を上げる（活動編）」	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×
30	水	社会系　FITプログラム 4/8 柔軟な考え方をしよう・後編	個別訓練	終日	午前のみ	午後のみ		○ ×

通所日数（　　／ 22 ）日

予定表のコピーが必要な方は、スタッフまでお知らせください。

スタッフ確認：　　/

《　お知らせ　》
・正式利用の方の通所予定の変更は、こちらのQRコードを読み取っていただき、フォームよりご回答ください。
・当日欠席なさる場合は、お電話でご連絡ください。03-6666-9481　または　080-3172-7064

・運動系のプログラム参加時は、以下の持ち物をご準備ください。
動きやすい靴と服装や着替え（ストレッチがきかない服装だと、怪我をする恐れがあります）／　タオル　／　水分補給ができるもの