

2023年

9月

月

火

水

木

金

		月	火	水	木	金
午前	* サタデイケア 9/16(土) かき氷 10:00~12:00 詳細はお知らせにて	* デイケア活動 水筒、ペットボトルを 持参してください	* スポーツ 雨天時は室内テニスに変更 もしくはデイケアにて 卓球、パターゴルフ、 テーブルサッカーなど	* 自主活動について スタッフの都合で急遽 なくなる場合があります		1
						<創作活動> <ジョブトレーニング> PCのみ <スポーツ・軽スポーツ> 卓球 <デイケア2階>13:00~ ※スポーツと軽スポーツは 合同で行います <自主活動>
午後	* 水曜日、金曜日について プログラムの開始・終了 時刻が変更となる場合が あります					
4		5	6	7	8	
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<創作活動> スポーツ参加 の方のみ11:30終了	
	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスッと軽くなる 認知行動療法ノート	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<コミュニケーションサポート プログラム(GSP)>	<ジョブトレーニング> PCのみ	
午後	<フィットネス> ウェルネス運動	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<健康増進セミナー> SCIT 13:30~	<SSP> 面接時に気を付けること	<スポーツ> バスケットボール <王子スポーツセンター>12:30~	
	<フィットネスライト> ストレッチングと筋力アップなど	<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<軽スポーツ>	
<自主活動>		<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	
11		12	13	14	15	
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<創作活動> スポーツ参加 の方のみ11:30終了	
	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスッと軽くなる 認知行動療法ノート	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<コミュニケーションサポート プログラム(GSP)>	<ジョブトレーニング> PCのみ	
午後	<フィットネス> 1mウォーキングダイエット	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<健康増進セミナー> SCIT 13:30~	<SSP> 仕事に関する制度	<スポーツ> ソフトバレーボール <王子スポーツセンター>12:30~	
	<フィットネスライト> ダンベル、自律訓練法	<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<軽スポーツ>	
<自主活動>		<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	
18		19	20	21	22	
午前	休み  敬老の日	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<創作活動>	
		<認知行動療法> 心がスッと軽くなる 認知行動療法ノート	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<コミュニケーションサポート プログラム(GSP)>	<ジョブトレーニング> PCのみ	
午後		<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<健康増進セミナー> SCIT 13:00~14:00	<ヨガ> 外部講師来所	<スポーツ・軽スポーツ> おもしろ卓球 <デイケア2階>13:00~ ※スポーツと軽スポーツは 合同で行います	
		<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<自主活動>	<自主活動>
<自主活動>		<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	
25		26	27	28	29	
午前	<創作活動> 個人活動	<脳のトレーニング> みんなで脳力UPTトレーニング	<創作活動> 個人活動	<SST> よりよい人付き合いの練習	<創作活動> スポーツ参加 の方のみ11:30終了	
	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスッと軽くなる 認知行動療法ノート	<パソコン教室> ・MOS対策(中級) ・タイピング練習	<コミュニケーションサポート プログラム(GSP)>	<ジョブトレーニング> PCのみ	
午後	<フィットネス> 運動不足解消編	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<ヘルスケアプログラム> 病院での検査の種類や 内容について 13:20~15:00	<SSP> 面接について1	<スポーツ> ソフトバレーボール <王子スポーツセンター>12:30~	
	<フィットネスライト> チューブ、漸進的筋弛緩法	<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<軽スポーツ>	
<自主活動>		<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	<自主活動>	

☆変更する場合があります

福島神経科クリニック