

2023年 10月

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
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
前	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスツと軽くなる 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> お腹周り集中ケア編	<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> 面接について	<スポーツ> テニス <王子スポーツセンター>12:30~
後	<フィットネスライト> 椅子ヨガ、マインドフルネス瞑想	<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<軽スポーツ>
	9	10	11	12	13
午前	休み 	<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
前		<認知行動療法> 心がスツと軽くなる 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 13:30~	<SSP> 面接について (振り返り)	<スポーツ> テニス <王子スポーツセンター>12:30~
後		<PCタイピング>	<レクリエーション>	<コグトレ>	<軽スポーツ>
	16	17	18	19	20
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	<1日レクリエーション> バーベキュー	<創作活動> スポーツ参加 の方のみ11:30終了
前	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスツと軽くなる 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	詳細はお知らせにて ※ブログにしおりを 掲載します 	<ジョブトレーニング> PCのみ
午後	<フィットネス> 体重体脂肪ダウン編	<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		<スポーツ> フットサル <ビバ板宿>12:30~
後	<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>		<軽スポーツ>
	23	24	25	26	27
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
前	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスツと軽くなる 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> 全身引き締め編	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング	<イベント> モルック大会 詳細は後日お知らせ	<ヨガ> 外部講師来所	<スポーツ> フットサル <ビバ板宿>12:30~
後	<フィットネスライト> ゆるやかなウォーキング	<PCタイピング>	<自主活動>	<コグトレ>	<軽スポーツ>
	30	31			
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	* 家族会 10/21(土) 10:00~12:00	* デイケア活動 水筒、ペットボトルを 持参してください	* 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
前	<ジョブトレーニング> PCのみ	<認知行動療法> 心がスツと軽くなる 認知行動療法ノート	* 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	* 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	
午後	<フィットネス> 超ラジオ体操	<ジョブトレーニング> 仕事へのトレーニング			
後	<フィットネスライト> ダンベル、自律訓練法	<PCタイピング>			
	<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