

2021年 12月

日	曜日	10:00 ~ 12:00	13:00 ~ 15:00
1	水	FITプログラム「スキーマを修正しよう」	FITプログラム「スキーマを修正しよう」
2	木	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
3	金	就労セミナー「就労移行の目的」	PC講座/個別訓練
4	土	PC講座/個別訓練	
5	日		
6	月	SUP「自己管理能力～体調管理編～」	PC講座/個別訓練
7	火	ブレインフィットネス「ストレスケア①マインドフルネス」	PC講座/個別訓練
8	水	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
9	木	ビジネスマナー「基本姿勢と身だしなみ」	PC講座/個別訓練
10	金	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
11	土	PC講座/個別訓練	
12	日		
13	月	SST「感謝の気持ちを伝える」	PC講座/個別訓練
14	火	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
15	水	FITプログラム「FITプログラムの振り返り」	FITプログラム「FITプログラムの振り返り」
16	木	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
17	金	就労セミナー「企業が求める人材」	PC講座/個別訓練
18	土	面接練習「特性・配慮について」	
19	日		
20	月	ブレインストーミング「29日の映画のタイトルを決めよう！」	
21	火	ブレインフィットネス「ストレスケア②生活習慣のリカバリー」	PC講座/個別訓練
22	水	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
23	木	PC講座/個別訓練	PC講座/個別訓練
24	金	プラス表現トレーニング「演習Ⅰ&Ⅱ」	PC講座/個別訓練
25	土	面接練習「ニューロワークスで頑張ったこと」	
26	日		
27	月	PC講座/個別訓練	メタ認知「気分」
28	火	大掃除	大掃除
29	水	イベント「映画を見ながら1年の振り返り」	