2月

プログラム表

NW五反田センター

日		AMプログラム	カテゴリー	PMプログラム	カテゴリー
1	水	ガイダンス・無心タイム	利用案内＋α	ブレインフィットネス①	生活系
2	木	★筋トレ系★	運動系	FITプログラム	社会系
3	金	アサーション	社会系	週間振り返り／個別訓練	
4	土				
5	日				
6	月	席次のマナー・お茶出しのマナー・名刺交換	就労系	ブレインストーミング【コンビニの新商品を考えよう】	社会系
7	火	むくみにおすすめリンパストレッチ	運動系	個別訓練	
8	水	ポジティブ心理学	社会系	ブレインフィットネス②	生活系
9	木	週間振り返り／個別訓練		FITプログラム	社会系
10	金	パーソナルカラーでプラスの印象を	社会系	週間振り返り／個別訓練	
11	土				
12	日				
13	月	プログラミング体験『超』入門	社会系	FINDプログラム	就労系
14	火	仕事・暮らしの苦手解決①	社会系	個別訓練	
15	水	★ヨガ★	運動系	ブレインフィットネス③	生活系
16	木	週間振り返り／個別訓練		FITプログラム	社会系
17	金	清掃プログラム・コミュニケーションタイム	社会系	週間振り返り／個別訓練	
18	土				
19	日				
20	月	SOTプログラム【6.オンラインでの報連相・文章力】	就労系	トークタイム	社会系
21	火	オフィスで簡単ストレッチ	運動系	個別訓練	
22	水	FITプログラム	社会系	ブレインフィットネス④	生活系
23	木	バスボム作り	余暇系	個別訓練	
24	金	PC講座	就労系	週間振り返り／個別訓練	
25	土				
26	日				
27	月	FINDプログラム	就労系	ストレスコーピング	社会系
28	火	ウォーキング	運動系	個別訓練	
29					
30					
31					

9:30　入室開始　　13:00　昼礼
9:50　朝礼　　13:10　午後訓練
10:00　午前訓練　　15:00　終礼
12:00　昼休憩　　15:30　退室完了

＊状況により、プログラムを変更する可能性もございます。