

プログラム表

2025年 5 月

曜日 時間帯	月	火	水	木	金	土
AM					デスクワーク トレーニング	
PM				1	ストレッチ 【肩こり・腰痛解消】	2
ナイト						3
AM					デスクワーク トレーニング	
PM	5	6	7	8	9	10
ナイト						
AM					デスクワーク トレーニング	
PM	5	6	7	8	9	10
ナイト						
AM					デスクワーク トレーニング	
PM	12	13	14	15	16	17
ナイト						
AM					デスクワーク トレーニング	
PM	19	20	21	22	23	24
ナイト						
AM					履歴書を 作成してみよう	
PM	26	27	28	29	30	31
ナイト						

※ 〇〇の箇所は生活就労支援と復職支援と一緒にを行うプログラムです。都合によりプログラム内容を変更させていただく場合があります。ご了承下さい。

※ 火曜日 森院長担当の「双極症の心理教育」プログラム（リワークプログラム予定表に表記あり）実施時の夕食は17時～となります。

※ 5/23(金)・5/30(金)の夕食は18時～となります。 / ※ 5/30(金) 15：15～就労グループ実施予定です