

リワークⅠ 6月予定表

2023/5/17 作成

	月	火	水	木	金
				1	2
9:30~10:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ 枠は運動着が必要なプログラムです ■ 枠はリワークⅡとの合同プログラムです ■ 枠はリワークⅢとの合同プログラムです ■ 枠はリワークⅡ・Ⅲとの合同プログラムです ■ 枠は、他リワーク施設との合同プログラムです ・「J-まいんどふる」は他クラスの利用者が参加する場合があります ・急遽プログラムを変更させていただく場合があります 			朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30				あへあほEX (3Fフィット) 谷口先生	縁かうんたぁ倶楽部 (3Fフィット) 大友先生
11:30~13:00				昼休み	昼休み
13:00~14:30				コーチング (リワークⅡ) 北原先生	J-まいんどふる 山田Dr.
14:30~17:00				終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②
	5	6	7	8	9
9:30~10:00	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30	リワーク学会準備	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	歩きんぐ (3Fフィット) サチ先生	リーチ粥川 粥川	キャリアコンサルティング 講座(自己分析編) 渡部先生
11:30~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	Mindfulness (3F研修室) 佐高先生	ゆるめるからだの作り方 富田先生	Wednesdayプロジェクト	コーチング (リワークⅡ) 北原先生	キャリアコンサルティング 講座(自己分析編) 渡部先生
14:30~17:00	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②
	12	13	14	15	16
9:30~10:00	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30	行動活性化プログラム	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	歩きんぐ (3Fフィット) サチ先生	あへあほEX (3Fフィット) 谷口先生	日日は好日 永井
11:30~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	Mindfulness (3F研修室) 佐高先生	O.T. 尾形	QOL 木村	コーチング (リワークⅡ) 北原先生	J-まいんどふる 山田Dr.
14:30~17:00	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②
	19	20	21	22	23
9:30~10:00	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30	Mondayプロジェクト	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	歩きんぐ撮影会 (3Fフィット) サチ先生	186 鈴木	外見カアップ サチ先生
11:30~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	Mindfulness (3Fフィット) 佐高先生	うっぶんエクササイズ (3Fフィット) 尻ミッター先生	大通公園 リワークオフィス学会 (3Fフィット) リワークスタッフ	コーチング (リワークⅠ) 北原先生	J-まいんどふる 山田Dr.
14:30~17:00	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②
	26	27	28	29	30
9:30~10:00	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30	行動活性化プログラム	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	歩きんぐ (3Fフィット) サチ先生	合同リワーク学会 リワークスタッフ	Fridayプロジェクト(前編)
11:30~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	Mindfulness (3F研修室) 佐高先生	ゆるめるからだの作り方 富田先生	茶 道 (3F研修室) 畑井先生	合同リワーク学会	Fridayプロジェクト(後編)
14:30~17:00	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	終礼・フリータイム②	リワークスタッフ	終礼・フリータイム②

大通公園リワークオフィスⅡ 2023年6月予定表 (復職・就職直前コース)

2023/5/17

	月		火	水	木	金
					1	2
午前					ゴールを目指せ! ～設定編～	Question♪
午後①					コーチング 北原先生	セルフメディケーション (3F フィットネス) 尻ミッター先生
午後②					マット先生の英会話	やれやれTeaタイム
	5		6	7	8	9
午前	(奇)ものづくり 工房	(偶)書道への いざない	EFT+ 富田先生	自習/面談	ミニ学会	脳活 尾形
午後①	コーチング 北原先生		ポッチャ	歩きんぐⅡ ※撮影会 (3F フィットネス) サチ先生	コーチング 北原先生	セルフメディケーション (3F フィットネス) 尻ミッター先生
午後②	ブレインストレッチ (研修室) 富田先生		自習/面談	Re-まいんどふる	マット先生の英会話	やれやれTeaタイム
	12		13	14	15	16
午前	(奇)書道への いざない	(偶)ものづくり 工房	EFT+ 富田先生	自習/面談	HR 座談会	ソーシャルスタイル講座 渡部先生
午後①	高澤007 高澤		うっぶんエクササイズ (3F フィットネス) 尻ミッター先生	まいど・まいんどふる (3F フィットネス)	コーチング 北原先生	セルフメディケーション (3F フィットネス) 尻ミッター先生
午後②	ブレインストレッチ (研修室) 富田先生		自習/面談	SST-T (リワークⅡ)	マット先生の英会話	やれやれTeaタイム
	19		20	21	22	23
午前	(奇)ものづくり 工房	(偶)書道への いざない	EFT+ 富田先生	自習/面談	ブラッシュアップ講座 原崎先生	QOL 木村
午後①	コーチング 北原先生		ゆるめるからだの作り方 富田先生	大通公園リワーク オフィス学会 (3F フィットネス)	Mindfulness (研修室) 佐高先生	セルフメディケーション (3F フィットネス) 尻ミッター先生
午後②	ブレインストレッチ (研修室) 富田先生		自習/面談		マット先生の英会話	やれやれTeaタイム
	26		27	28	29	30
午前	(奇)書道への いざない	(偶)ものづくり 工房	EFT+ 富田先生	自習/面談	合同リワーク学会 (研修室)	リワークⅡ 大掃除
午後①	〇〇とメンタルヘルス 阿部		ゴールを目指せ! ～評価編～	まいど・まいんどふる (3F フィットネス)		セルフメディケーション (3F フィットネス) 尻ミッター先生
午後②	ブレインストレッチ (研修室) 富田先生		自習/面談	SST-T (リワークⅡ)		やれやれTeaタイム

※講師の都合等でプログラムが変更になる場合があります。

※以下のプログラムでは動きやすい服装をお持ちください。

「歩きんぐⅡ」「Mindfulness」「うっぶんエクササイズ」「セルフメディケーション」

※「セルフメディケーション」は講師の都合で13:30開始予定です。(多少前後することがあります。ご了承ください。)

- ・・・Ⅰとの合同プログラム
- ・・・Ⅲとの合同プログラム
- ・・・Ⅰ・Ⅲとの合同プログラム

リワークⅢ 6月予定表 (復職・就職直前コース)

2023年5月19日

	月	火	水	木	金
				1	2
午前				快眠力アップ 小林	縁かうんだお倶楽部 (I・Ⅲ) (3Fフィットネス) 大友先生
午後①				らくらくエアロ (3Fフィットネス) 竹花先生	ペーパークラフト スタッフ
午後②				外見力アップ さち先生	
	5	6	7	8	9
午前	歩きんぐ (3Fフィットネス) さち先生	アヘアホEX (3Fフィットネス) 谷口先生	ミニ学会	Cure art (キュア アート) 土門先生	ヨガ (3Fフィットネス) 佐高先生
午後①	自習/面談	うっぶんエクササイズ 尻ミッター先生	和の心得 (3F研修室) 畑井先生	らくらくエアロ (3Fフィットネス) 竹花先生	ペーパークラフト スタッフ
午後②	ハンドケアセラピー 小林	脳トレ スタッフ	自習/面談	タトミ倶楽部 富田先生	
	12	13	14	15	16
午前	歩きんぐ (3Fフィットネス) さち先生	アヘアホEX (3Fフィットネス) 谷口先生	リワーク教育委員会 担当: ユーザー	自習/面談	ヨガ (3Fフィットネス) 佐高先生
午後①	コーチング 北原先生	ゆるめるからだの作り方 富田先生	まいど・まいんどふる (3Fフィットネス)	らくらくエアロ (3Fフィットネス) 竹花先生	ソーシャルスタイル講座 渡部先生
午後②	自習/面談	カラダメンテ 尻ミッター先生	SST-T (リワークⅡ)	外見力アップ さち先生	
	19	20	21	22	23
午前	歩きんぐ (3Fフィットネス) さち先生	アヘアホEX (3Fフィットネス) 谷口先生	〇〇とメンタルヘルス 阿部	リーチ粥川+ 粥川	リラックス・ヨガ (3Fフィットネス) 若松先生
午後①	自習/面談	脳トレ スタッフ	大通公園リワーク オフィス学会 (3Fフィットネス)	らくらくエアロ (3Fフィットネス) 竹花先生	楽感コミュニケーション 土倉先生
午後②	Mindfulness 佐高先生・小林	自習/面談		タトミ倶楽部 富田先生	
	26	27	28	29	30
午前	歩きんぐ撮影会 (3Fフィットネス) さち先生	アヘアホEX (3Fフィットネス) 谷口先生	まるごと一ヶ月	合同リワーク学会	ヨガ (3Fフィットネス) 佐高先生
午後①	コーチング 北原先生	うっぶんエクササイズ 尻ミッター先生	まいど・まいんどふる (3Fフィットネス)		ペーパークラフト スタッフ
午後②	脳力アップ	カラダメンテ 尻ミッター先生	SST-T (リワークⅡ)		

※講師の都合等でプログラムが変更になる場合があります。
 ※アヘアホEXはフェイスタオルを一枚 (体採用兼オイルマッサージ用) ご準備ください。
 ※水曜日以外は動きやすい服装をご準備ください。





…リワークⅡとの合同プログラム
 …リワークⅠとの合同プログラム
 …リワークⅠ・Ⅱとの合同プログラム

リワークS

2023年6月予定表

2023/5/19 作成

	月	火	水	木	金
				1	2
午前				ビジネスプログラム 外出プログラムの企画（予備日） スタッフ	先月の振り返りと今月の過ごし方 スタッフ
午後				噂の〇〇 高澤	一歩二歩散歩 ～そうだ、北大祭行こう～ スタッフ
	5	6	7	8	9
午前	ピックアップニュース スタッフ	書道 スタッフ	ラフ&ピース 木村	あへあほEX (3階研修室) 谷口先生	ペーパークラフト スタッフ
午後	アクレーヌ スタッフ	和のこころ得(茶道) (3F研修室) 畑井先生	エストーク! スタッフ	Let's プレゼン! ～プレゼン編～ 木村	デコパージュ 木村
	12	13	14	15	16
午前	Monday Coffee&ストレッチ 富田先生	Wii de パーティー (3階研修室) スタッフ	SST (Social Skills Training) スタッフ	脳トレ大会 スタッフ	めざせタイピングマスター! 木村
午後	自分トリセツを作ろう! 木村	シン・さわやかピンポン (3階研修室) スタッフ	Abe-new 阿部	モノ・語り 粥川	ビジネスプログラム スタッフ
	19	20	21	22	23
午前	シンプル勉強会 ～公務員試験問題～ 木村	ナソトレ! スタッフ	ハンドケア&セラピー 小林	あへあほEX (3階研修室) 谷口先生	SHT 尾形
午後	186 鈴木	和のこころ得(茶道) (3F研修室) 畑井先生	一歩二歩散歩 ～そうだ、バラ園行こう～ スタッフ	A型事業所を知ろう! 木村・小林	エストーク! スタッフ
	26	27	28	29	30
午前	ポッチャ (3階研修室) スタッフ	SST (Social Skills Training) スタッフ	ピックアップニュース スタッフ	一日外出プログラム 木村	GEOシアター! 映画を借りよう・観よう スタッフ
午後	自分トリセツを作ろう! 木村	ペーパークラフト スタッフ	デコパージュ 木村		

- ※  色の枠のプログラムは運動プログラムです。動きやすい服をご用意ください。(あへあほEXはタオル持参。)
- ※  色の枠のプログラムは外出プログラムです。必要に応じて日差し対策/防寒具/雨具のご用意をお願いします。
- ※  色の枠のプログラムはフォーラムと合同のプログラムです。
- ※  色の枠のプログラムはリワークⅠ・Ⅱ・Ⅲのプログラムです。

大通りワークステーション&フォーラム 6月予定表

2023/05/19作成

	月	火	水	木	金
				1	2
午前				テコパージュ スタッフ	卓球 スタッフ
午後				セルフメディケーション 尻ミッター先生	革細工 尾形
	5	6	7	8	9
午前	ひとくち森田 スタッフ	街角散歩 スタッフ	茶道 畑井先生	マインドフルネス 佐高先生	JOY BEAT ~動画でエアロピクス~ スタッフ
午後	ミッター式ちょいトレ 尻ミッター先生	Letsクラフト スタッフ	高澤と秘密のプログラム 高澤	できるかな スタッフ	アロマの世界 永井
	12	13	14	15	16
午前	電腦工房(ワード) スタッフ	ピース倶楽部 スタッフ	ゲームステーション スタッフ	脳トレ スタッフ	ポッチャ! スタッフ
午後	ミッター式ちょいトレ 尻ミッター先生	和っ話っ発っ! 菊川	A型事業所を知ろう ユーザー&小林	セルフメディケーション 尻ミッター先生	186 鈴木
	19	20	21	22	23
午前	Yes! 脳!! 富田先生	印象アツ講座 サチ先生	カラダ/トリセツ 永井	マインドフルネス 佐高先生	卓球 スタッフ
午後	ひとくち森田 ~練習会~ 山田先生・スタッフ	就労準備プログラム 高澤	ストレスコーピング 小林	書道 スタッフ	キネマ・フォーラム スタッフ
	26	27	28	29	30
午前	電腦工房(エクセル) スタッフ	ラフ&ピース 木村	茶道 畑井先生	ゲームステーション スタッフ	振り返りの会 スタッフ
午後	ミッター式ちょいトレ 尻ミッター先生	〇〇とメンタルヘルス 阿部	ハンドケア&セラピー 小林	セルフメディケーション 尻ミッター先生	エフトーク スタッフ

- ◇講師の都合により、プログラムが変更になる場合があります。あらかじめご了承ください。
- ◇「ミッター式ちょいトレ」、「マインドフルネス」、「カラダノトリセツ」、「セルフメディケーション」、「JOY BEAT」は、動きやすい服装をご準備ください。
- ◇「ハンドケア&セラピー」は、フェイスタオルをご持参ください。