


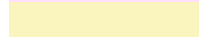
# リワークⅠ 2024年 9月 予定表

2024/8/15作成

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
AM	リワーク学会準備	EFT <sup>+</sup> (リワークⅡ)富田先生	歩きんぐ (3F フィットネス) サチ先生	あへあほex (3F フィットネス) 谷口先生	リワーク学会準備
PM	ゴールを目指せ! ～設定編～	ポッチャ	コーチング (リワークⅢ)北原先生	ブラッシュアップ講座 原崎先生	J-まいんどふる 山田Dr.
	9	10	11	12	13
AM	ものづくり工房 共同制作編 part2	EFT <sup>+</sup> (リワークⅡ)富田先生	歩きんぐ (3F フィットネス) サチ先生	リワーク学会準備	リワーク学会準備
PM	Mindfulness (セミナー・ルーム) 佐高先生	うっぶんエクササイズ (3F フィットネス) 尻ミッター先生	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.
	16	17	18	19	20
AM	敬老の日	EFT <sup>+</sup> (リワークⅡ)富田先生	歩きんぐ *撮影会 (3F フィットネス) サチ先生	あへあほex (3F フィットネス) 谷口先生	縁かうんたあ倶楽部 (3Fフィットネス)大友先生
PM		ゆるめるからだの作り方 富田先生	リワークオフィス学会 (3F フィットネス)	T.A.P 國方	J-まいんどふる 山田Dr.
	23	24	25	26	27
AM	振替休日	EFT <sup>+</sup> (リワークⅡ)富田先生	外見力アップ サチ先生	合同リワーク学会	HR 座談会
PM		0.アカデミー 尾形	高澤007 高澤		Re-まいんどふる 尾形
	30				
AM	キャリアコンサルティング講座 ～自己分析編～				
PM		渡部先生			

## 【タイムスケジュール】

8:30～ 9:30 自習・フリータイム  
 9:30 朝礼  
 10:00～11:30 AMプログラム  
 11:30～13:00 会計・昼休憩・自習  
 13:00～14:30 PMプログラム  
 14:40 終礼・掃除  
 15:00～17:00 自習・フリータイム

 ... Ⅱとの合同プログラム  
 ... Ⅲとの合同プログラム

※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」「Mindfulness」「うっぶんエクササイズ」「あへあほex(フェイスタオルもご持参ください)」

※セミナー・ルーム: 昭和ビル裏路地側向かい「プレジデント 松井ビル」5階。エレベーター降りて左手正面通路奥、右側の部屋です。  
 ※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。

# リワークⅡ 復職直前クラス 9月予定表

2024/8/14 作成

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
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	ユーザー運営プログラム準備 ユーザー	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	SST-T	ユーザー運営プログラム準備 ユーザー	行動活性化プログラム 鈴木
11:30~12:00	自習・面談	自習・面談	自習・面談	自習・面談	自習・面談
12:00~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	Mindfulness (セミナールーム) 佐高先生	O.T. 尾形	歩きんぐ (3Fフィットネ) サチ先生	Thursdayプロジェクト 高澤	T.A.P 國方
15:00~16:00	プレインストレッチ (セミナーM) 富田先生	復職と再発防止を考える会 (リワークⅡ)	まいど・まいんどふる(リワークⅡ)	マット先生の英会話(リワークⅡ)	ユーザー運営プログラム準備
	9	10	11	12	13
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	ユーザー運営プログラム グループB	EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	SST-T (リワークⅡ)	行動活性化プログラム 高澤	Encouragement 鈴木
11:30~12:00	自習・面談	自習・面談	自習・面談	自習・面談	自習・面談
12:00~13:00	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30	コーチング (リワークⅡ) 北原先生	ゆるめるからだの作り方 富田先生	Wednesdayプロジェクト 高澤	コーチング (リワークⅡ) 北原先生	黒岩さん 黒岩
15:00~16:00	プレインストレッチ (セミナーM) 富田先生	復職と再発防止を考える会	まいど・まいんどふる(リワークⅡ)	マット先生の英会話(リワークⅡ)	ユーザー運営プログラム準備
	16	17	18	19	20
9:30~10:00	<b>敬老の日</b>	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30		EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	SST-T	行動活性化プログラム 鈴木	ソーシャルスタイル講座 渡部先生
11:30~12:00		自習・面談	自習・面談	自習・面談	自習・面談
12:00~13:00		昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30		QOL 木村	大通公園 リワークオフィス学会 (3Fフィットネ)	Thursdayプロジェクト 高澤	リーチ粥川 粥川
15:00~16:00		復職と再発防止を考える会 (リワークⅡ)		マット先生の英会話(リワークⅡ)	ユーザー運営プログラム準備
	23	24	25	26	27
9:30~10:00	<b>振替休日</b>	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ	朝礼・脳トレ
10:00~11:30		EFT+ (リワークⅡ) 富田先生	SST-T (リワークⅡ)	合同リワーク学会 高澤	行動活性化プログラム
11:30~12:00		自習・面談	自習・面談		自習・面談
12:00~13:00		昼休み	昼休み	昼休み	昼休み
13:00~14:30		うっぶんエクササイズ (3Fフィットネ) 尻ミッター先生	歩きんぐ撮影会 (3Fフィットネ) サチ先生	合同リワーク学会 鈴木	Encouragement
15:00~16:00		復職と再発防止を考える会	まいど・まいんどふる(リワークⅡ)		やれやれTeaタイム
	30				
9:30~10:00	朝礼・脳トレ				
10:00~11:30	ユーザー運営プログラム グループC				
11:30~12:00	自習・面談				
12:00~13:00	昼休み				
13:00~14:30	Mindfulness (セミナールーム) 佐高先生				
15:00~16:00	プレインストレッチ (セミナーM) 富田先生				

- 枠は運動着が必要なプログラムです
- 枠はリワークⅠ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
- 急遽プログラムを変更させていただく場合があります

# リワークⅢ 9月予定表（復職・就職直前コース）

2024年8月20日

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
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	自習/面談	ヨガ (3Fフィットネス) 佐高先生
午後①	ハンドケアセラピー 小林	ゆるめるからだの作り方 富田先生	コーチング 北原先生	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	自習/面談	復職と再発防止を考える会 (リワークⅡ)	まいど・まいんどふる (リワークⅡ)	マット先生の英会話(リワークⅡ)	
	9	10	11	12	13
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	SST-T (リワークⅡ)	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 (リワークⅡ) 北原先生	ポッチャ スタッフ	Encouragement 鈴木	らくらくエアロ (3Fフィットネス) 竹花先生	リーチ粥川 粥川
午後②	自習/面談	タトミ倶楽部 富田先生	まいど・まいんどふる (リワークⅡ)	マット先生の英会話(リワークⅡ)	
	16	17	18	19	20
午前	<b>敬老の日</b>	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	縁かうんたぁ倶楽部 (Ⅰ・Ⅲ) (3Fフィットネス) 大友先生
午後①		うっぶんエクササイズ (3Fフィットネス) 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		復職と再発防止を考える会 (リワークⅡ)	マト先生の英会話(リワークⅡ)		
	23	24	25	26	27
午前	<b>振替休日</b>	みんなでアヘアホEX (3Fフィットネス)	SST-T (リワークⅡ)	合同リワーク学会	リラックス・ヨガ (3Fフィットネス) 若松先生
午後①		ゆるめるからだの作り方 富田先生	自習/面談		ペーパークラフト スタッフ
午後②		タトミ倶楽部 富田先生	まいど・まいんどふる (リワークⅡ)		
	30				
午前	歩きんぐ撮影会 (3Fフィットネス) さち先生				
午後①	まるごと一ヶ月				
午後②	脳力アップ				

※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 フォーラム(ワークステーション) 9月予定表

2024/8/15作成

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前	テコパージュ スタッフ	電脳工房(ワード) スタッフ	Letsクラフト スタッフ	卓球 スタッフ	革細工 尾形
午後	JOY BEAT ~動画でエアロピクス~ スタッフ	脳トレ スタッフ	就労準備プログラム 高澤	和っ話っ発っ! 粥川	ポッチャ! スタッフ
	9	10	11	12	13
午前	Yes! 脳!! 富田先生	印象アツ講座 サチ先生	街角散歩 スタッフ	マインドフルネス 佐高先生	書道 スタッフ
午後	ミッター式ちょいトレ 尻ミッター先生	エフトーク スタッフ	〇〇とメンタルヘルス 阿部	ピース倶楽部 スタッフ	ゲームステーション スタッフ
	16	17	18	19	20
午前	敬老の日	できるかな スタッフ	ひとくち森田 スタッフ	カラダノトリセツ 尾形	アロマの世界 木村
午後		ナソトレ 尾形	ストレスコーピング 小林	エンカレッジ! 鈴木	JOY BEAT ~動画でエアロピクス~ スタッフ
	23	24	25	26	27
午前	振替休日 (秋分の日)	Letsクラフト スタッフ	ラフ&ピース 木村	マインドフルネス 佐高先生	振り返りの会 スタッフ
午後		高澤と秘密のプログラム 高澤	ハンドケア&セラピー 小林	T.AP 國方	キネマ・フォーラム スタッフ
	30				
午前	電脳工房(エクセル) スタッフ				
午後	ミッター式ちょいトレ 尻ミッター先生				





- ◇      はフィットネスルーム、     はセミナールーム(松井ビル5F)での開催です
- ◇ 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。
- ◇ 以下のプログラムへは、動きやすい服装でご来所または別途ご準備ください。  
「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」
- ◇ 「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。

# リワークス

## 2024年9月予定表

2024/8/20 作成

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前		シン・さわやかピンポン (松井ビル) スタッフ		書道 スタッフ	
午後		先月の振り返りと今月の過ごし方 スタッフ		SST (Social Skills Training) スタッフ	
	9	10	11	12	13
午前		今ここスケッチ! 木村		あへあほEX (3階フィットネス) 谷口先生	
午後		噂の〇〇 高澤		エクセルに触れよう! 木村	
	16	17	18	19	20
午前	敬老の日	SHT 尾形		SST (Social Skills Training) スタッフ	
午後		エストーク! スタッフ		アロマの世界 木村	
	23	24	25	26	27
午前	振替休日	脳トレ&ナソトレ! スタッフ		あへあほEX (3階フィットネス) 谷口先生	
午後		モノ語り 粥川		モルック (3階フィットネス) スタッフ	
	30				
午前					
午後					

- ※  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外出を伴うプログラムです。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クラスと合同のプログラムです。