

リワークデイケア プログラム 5月 (ステージ2)

	月	火	水	木	金
					1
9:00~9:20					始業ミーティング
9:30~9:50					<div style="border: 1px solid blue; padding: 5px; text-align: center;"> 特徴に合わせて色分け表示しています 心理教育 グループ キャリア 個別活動 </div>
10:00~12:00				リワーク運営会議	
13:00~14:30				資料発表	
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30				終業ミーティング	
	4	5	6	7	8
9:00~9:20				始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50				コグトレなど	資料作成
10:00~12:00	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	働き方改革 ⁴	
13:00~14:30				リラクゼーション	
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30				終業ミーティング	
	11	12	13	14	15
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	資料作成
10:00~12:00	行動活性化 <small>健康と出席率UPを考えよう</small>	あるがまま講座 ¹	MCT ⁶	働き方改革 ⁵	
13:00~14:30	資料作成	あるがまま講座振り返り	MCTを語る会 自主課題	体力測定/体力作り	
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	
	18	19	20	21	22
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	心理・認知検査	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	資料作成
10:00~12:00	行動活性化 <small>健康と出席率UPを考えよう</small>	ストレス/アンガー/ 選択心理教育/疾患理解	MCT ⁷	ストレス/アンガー/ 選択心理教育/疾患理解	
13:00~14:30	資料作成	体力測定/体力作り	MCTを語る会 自主課題	リラクゼーション	
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	
	25	26	27	28	29
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	資料作成
10:00~12:00	行動活性化 <small>健康と出席率UPを考えよう</small>	あるがまま講座 ²	MCT ⁸	リワーク利用計画/ 面談	
13:00~14:30	資料作成	あるがまま講座振り返り	体力測定/体力作り	資料発表	
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	

リワークデイケア プログラム 4月 (ステージ3)

	月	火	水	木	金
			1	2	3
9:00~9:20			始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50			コグトレなど	コグトレなど	
10:00~12:00			MCT 3	働き方改革 1	リワーク運営会議/ パスの見直し
13:00~14:30			MCTを語る会	リラクゼーション	
14:30~15:15			自主課題	自主課題	私のお仕事共有
15:15~15:30			終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング
	6	7	8	9	10
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	コグトレなど		コグトレなど	コグトレなど	
10:00~12:00	MCT 4	あるがまま講座 5 (菊地OT)	ストレス/アンガー/ レジリエンス/疾患理解	コーピングを増やすGW	パスの見直し
13:00~14:30	MCTを語る会	あるがまま講座 振り返り	体力測定/体力作り	コーピングを増やすGW 振り返り	私のお仕事共有
14:30~15:15	自主課題				
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング
	13	14	15	16	17
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	コグトレなど		コグトレなど	コグトレなど	
10:00~12:00	パスの見直し	あるがまま講座 6 (菊地OT)	ストレス/アンガー/ レジリエンス/疾患理解	働き方改革 2	パスの見直し
13:00~14:30	資料作成	あるがまま講座 振り返り	体力測定/体力作り	リラクゼーション	休職ワークシート共有
14:30~15:15				自主課題	
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング
	20	21	22	23	24
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング	始業ミーティング
9:30~9:50	心理・認知検査	コグトレなど	コグトレなど	コグトレなど	
10:00~12:00	パスの見直し	コーピングを増やすGW	MCT 5	コーピングを増やすGW	パスの見直し
13:00~14:30	資料作成	体力測定/体力作り	MCTを語る会	コーピングを増やすGW 振り返り	休職ワークシート共有
14:30~15:15			自主課題		
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング	終業ミーティング
	27	28	29	30	
9:00~9:20	始業ミーティング	始業ミーティング	昭和の日	始業ミーティング	
9:30~9:50	コグトレなど	コグトレなど		コグトレなど	
10:00~12:00	パスの見直し	リワーク利用計画/ 面談		働き方改革 3	働き方改革 3
13:00~14:30	資料作成	体力測定/体力作り		リラクゼーション	リラクゼーション
14:30~15:15				自主課題	自主課題
15:15~15:30	終業ミーティング	終業ミーティング		終業ミーティング	

特徴に合わせて色分け表示しています

心理教育 グループ
キャリア 個別活動