

月		火		水		木		金		土
				1		2		3		4
9:30~11:10		<土曜日のプログラムについて> 就職相談 → 担当：郡司 実習相談 → 担当：阿部 どちらも予約制です。 一日通所も可です。 詳細は上記担当者へ確認をお願いします。		メインプログラム 心理教育 「認知行動療法（認知の歪みと自動思考）を知る」	個別訓練 ( ) ↑ どちらか選択 ↓ ワークトレーニング	メインプログラム 就活基礎 「履歴書の書き方②」 (10:20まで)	個別訓練 ( )	メインプログラム びんとカンパニー	個別訓練 ( )	一日通所可 就労相談／実習相談 (予約制)
				SST 「非難や苦情への対応」	個別訓練 ( )	個別訓練 ( )	個別訓練 ( )	個別訓練 ( )		
6		7		8		9		10		11
9:30~11:10		定期面談 PC 個別訓練 ( )	就活基礎 「働く上での強みと弱み／性格診断テスト①」 (10:20まで) ワークトレーニング	心理教育 「ストレス対処特性を理解しておこう」 SST 「自分の特徴を伝える：トリセツを作成する」	個別訓練 ( ) ↑ どちらか選択 ↓ ワークトレーニング	就活基礎 「働く上での強みと弱み／性格診断テスト②」 (10:20まで) ワークトレーニング	個別訓練 ( )	びんとカンパニー 個別訓練 ( )	一日通所可 就労相談／実習相談 (予約制)	
13		14		15		16		17		18
9:30~11:10		定期面談 PC 個別訓練 ( )	就活基礎 「履歴書の作成①」 (10:20まで) 健康管理(栄養) 必修 10:20~ 「生活の中の食事について考える」 (食欲のコントロール、食事時間、間食の取り方)	心理教育 「マインドフルネスを生活に取り入れてみよう(呼吸瞑想)」 SST 「自分の特徴を伝える：トリセツを発表する」	個別訓練 ( ) ↑ どちらか選択 ↓ ワークトレーニング	就活基礎 「履歴書の作成②」 (10:20まで) 個別訓練 ( )	個別訓練 ( )	びんとカンパニー 個別訓練 ( )	一日通所可 就労相談 (予約制)	
20		21		22		23		24		25
9:30~11:10		定期面談 PC 個別訓練 ( )	春分の日	心理教育 「マインドフルネスを生活に取り入れてみよう(歩く瞑想)」 @十太夫公園 個別訓練 ( ) ↑ どちらか選択 ↓ ワークトレーニング	就活基礎 「履歴書の完成①」 (10:20まで) 個別訓練 ( )	個別訓練 ( )	びんとカンパニー 個別訓練 ( )	一日通所可 就労相談 (予約制)		
27		28		29		30		31		
9:30~11:10		定期面談 PC 個別訓練 ( )	就活基礎 「履歴書の完成②」 (10:20まで) ワークトレーニング	心理教育 「今月のストレスコーピング振り返り」 SST 「事例からみてみよう」	個別訓練 ( ) ↑ どちらか選択 ↓ ワークトレーニング	就活基礎 「添え状御礼状を作成しよう」 (10:20まで) 個別訓練 ( )	個別訓練 ( )	びんとカンパニー 個別訓練 ( )		

2023年3月のプログラム（一日通所）



氏名

		月		火		水		木		金		土			
		6		7		8		9		10		11			
		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム			
13:00~ 14:40	<p>&lt;土曜日のプログラムについて&gt;</p> <p>就職相談 → 担当：郡司 実習相談 → 担当：阿部</p> <p>どちらも予約制です。</p> <p>詳細は上記担当者へ確認をお願いします。</p>	定期面談		ワークトレーニング		心理教育 「認知行動療法 (認知の歪みと自動思考) を知る」 SST 「非難や苦情への対応」		就活応用 「職場での合理的配慮 の求め方」		びんと カンパニー		一日通所可			
14:50~ 16:30		PC 個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		ワークトレーニング		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )			
		13		14		15		16		17		18			
		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム			
13:00~ 14:40	<p>生活の中の食事について考える (食欲のコントロール、食事時間、 間食の取り方)</p>	定期面談		健康管理(栄養)必修 (~13:50まで)		心理教育 「ストレス対応特性を理解 しておこう」 SST 「自分の特徴を伝える： トリセツを作成する」		就活応用 「職場での特性に応じた 対策②」		健康番帳 「気象病と痛み」		びんと カンパニー		一日通所可	
14:50~ 16:30		PC 個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		ワークトレーニング		ワークトレーニング		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )			
		20		21		22		23		24		25			
		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム			
13:00~ 14:40	<p>春分の日</p>	定期面談		ワークトレーニング		心理教育 「マインドフルネスを 生活に取り入れてみよう (歩く瞑想)」 @十太夫公園		就活応用 「職場でのコミュニケー ション対策②」		びんと カンパニー		一日通所可			
14:50~ 16:30		PC 個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		ワークトレーニング		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )			
		27		28		29		30		31					
		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム		メインプログラム					
13:00~ 14:40	<p>「仕事の断り方を 習得しよう」</p>	定期面談		ワークトレーニング		心理教育 「3月のストレス コーピング振り返り」 SST 「事例からみて みよう」		就活応用 「伝授！接しづらい人を 攻略しよう」		びんと カンパニー					
14:50~ 16:30		PC 個別訓練 ( )		個別訓練 ( )		ワークトレーニング		個別訓練 ( )		個別訓練 ( )					