【リワーク】
2026年8月

★参加当日にデイケア入り口で検温を受けてください。
★デイケアに来所したら、受付後に手洗いをお願いします。
★参加中マスクの着用は必須です。
★参加時はうち履き用の靴を持参してください。

【お知らせ】フォローアップ（卒業後の利用）について

・**毎週土曜日**がフォローアップ対象の日となります。
・対象：2020年7月以降に当リワークを利用し現在も就労継続中の方
・内容：**１日参加**、**半日参加（AMのみ/PMのみ）**いずれもご利用可

	火	水	木	金	土
	何かあった時の連絡は ☎しのだの森ホスピタル (代)047-488-2218 デイケア（9:00～16:30）				1
午前					ハーブタイム2 （園芸作業）
午後					Return’s Meeting （仕事に関する座談会）

	4	5	6	7	8
午前	デスクワーク （復職関連の個人作業）	トリセツシェアリング⑤ （再発防止策作成）	アレトーーーク （テーマディスカッション）	デスクワーク （復職関連の個人作業）	ハーブタイム2 （園芸作業）
午後	コミュ力UP講座③ （アサーション）	シンギングボウル （マインドフルネス）	リフレッシュ ヨガ	Let’s Try！天声人語 （書き写し＆会話練習）	Return’s Meeting （仕事に関する座談会）

	11	12	13	14	15
午前	デスクワーク （復職関連の個人作業）	トリセツシェアリング⑥ （再発防止策作成）	ハルニレだより （広報誌作り）	いすトレッチ （椅子を使ったストレッチ）	ハーブタイム2 （園芸作業）
午後	Mild Life ～ストレス～ （セルフマネジメント）	伝じろう （プレゼン練習）	思考錯誤⑤ （認知行動療法）	Let’s Try！天声人語 （書き写し＆会話練習）	Return’s Meeting （仕事に関する座談会）

	18	19	20	21	22
午前	デスクワーク （復職関連の個人作業） 9月分カレンダー発行	トリセツシェアリング① （再発防止策作成）	ビジョン☆ラボ① （就労準備）	デスクワーク （復職関連の個人作業）	ハーブタイム2 （園芸作業）
午後	コミュ力UP講座④ （アサーション）	シンギングボウル （マインドフルネス）	リフレッシュ ヨガ	Let’s Try！天声人語 （書き写し＆会話練習）	Return’s Meeting （仕事に関する座談会）

	25	26	27	28	29
午前	デスクワーク （復職関連の個人作業）	トリセツシェアリング② （再発防止策作成）	ハルニレだより （広報誌作り）	健康Walking （運動系）	ハーブタイム2 （園芸作業）
午後	Mild Life ～栄養～ （セルフマネジメント）	伝じろう （プレゼン練習）	思考錯誤① （認知行動療法）	Let’s Try！天声人語 （書き写し＆会話練習）	Return’s Meeting （仕事に関する座談会）

◆ステップ外予約や参加キャンセルは前日13：00までです。
◆当日の予約キャンセルは、9:00～9:15の間に“デイケア”宛にご連絡をお願い致します。
◆リワーク活動に関するご質問はプログラム参加時、もしくは お電話にてリワーク担当スタッフにお問い合わせください。
◆９月分のカレンダー発行日は8/18（火）の予定です。