

2022年8月

(リワーク)

- ★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。

| | 火 2 | 水 3 | 木 4 | 金 5 | 土 6 |
|----|------------------------------------|---|--|--------------------------------|--|
| 午前 | デスクワーク (復職関連の個人作業) | PC練習 | アレトーーク (テーマディスカッション) | 太極拳 or 椅子ヨガ | ハルニレファーム (プランター農業) |
| 午後 | Mild Life 「うつと食事」 (疾病教育) | 伝じろう (プレゼン練習) | 自分発見グループ <1/12> (交流分析/再発予防) | Let's Try! 天声人語 (書き写し&会話練習) | Return's Meeting + follow-up (仕事に関する座談会) |
| | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 午前 | コミュニUP講座 (アサーション) | トリセツシェアリング 「人生の経過と繰り返すパターン」 (再発防止策作成) | デスクワーク (復職関連の個人作業) | 太極拳 or 椅子ヨガ | ハルニレファーム (プランター農業) |
| 午後 | 思考錯誤 (認知行動療法) | ハルニレだより (広報誌作り) | 自分発見グループ <2/12> (交流分析/再発予防) | Let's Try! 天声人語 (書き写し&会話練習) | Return's Meeting + follow-up (仕事に関する座談会) |
| | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 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 「繰り返すパターンと心のメカネ」 (再発防止策作成) | ビジョン☆ラボ (就労移行プログラム) | 太極拳 or 椅子ヨガ | ハルニレファーム (プランター農業) |
| 午後 | Mild Life 「心の病気について」 (疾病教育) | 伝じろう (プレゼン練習) | 自分発見グループ <3/12> (交流分析/再発予防) | Let's Try! 天声人語 (書き写し&会話練習) | Return's Meeting + follow-up (仕事に関する座談会) |
| | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 午前 | 9月分カレンダー発行 コミュニUP講座 (アサーション) | トリセツシェアリング 「メカネが曇る要因の分析」 (再発防止策作成) | デスクワーク (復職関連の個人作業) | 太極拳 or 椅子ヨガ | ハルニレファーム (プランター農業) |
| 午後 | 思考錯誤 (認知行動療法) | ハルニレだより (広報誌作り) | 自分発見グループ <4/12> (交流分析/再発予防) | Let's Try! 天声人語 (書き写し&会話練習) | Return's Meeting + follow-up (仕事に関する座談会) |
| | 30 | 31 | 何かあった時の連絡は下記まで・・・ むしのだの森ホスピタル (代)047-488-2218 デイケア (9:00~16:30) | | |
| 午前 | デスクワーク (復職関連の個人作業) | 1day 伝じろう (プレゼン練習) | | | |
| 午後 | 自分発見特別編 (交流分析/再発予防) | 1day 伝じろう (プレゼン練習) | | | |

- ◆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。

【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
- ・利用方法:1日参加 もしくは 午後のみ参加 のいずれか