

【リワーク】 2023年1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
- ・利用方法: 1日参加 もしくは 午後のみ参加 のいずれか

	火	水	木	金	土
		4	5	6	7
午前		新春特別プログラム 「私のイチオシ」 ～今年の抱負を語ろう～ (プレゼン練習)	アレトーーーク (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		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)
	10	11	12	13	14
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 「曇りレベルの変化と対処」 (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	Mild Life 「アンガーマネジメント」 (疾病教育)	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)
	17	18	19	20	21
午前	2月分カレンダー発行 コミュカUP講座 (アサーション)	トリセツシェアリング 「日々のお手入れ」 (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	思考錯誤 (認知行動療法)	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)
	24	25	26	27	28
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 「トリセツのシェアリング」 (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	Mild Life 「セルフケア」 (疾病教育)	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)
	31	何かあった時の連絡は下記まで・・・ おしのだの森ホスピタル (代)047-488-2218 デイケア (9:00～16:30)			
午前	コミュカUP講座 (アサーション)				
午後	思考錯誤 (認知行動療法)				

- ◆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。
- ◆2月分のカレンダー発行日は1/17(火)の予定です。