

【リワーク】 2026年4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
		1	2	3	4
午前		トリセツシェアリング (再発防止策作成)	アレートーーク (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		シンギングボウル (マインドフルネス)	リラックス 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)
	7	8	9	10	11
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 (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	コミュカUP講座 (アサーション)	伝じろう (プレゼン練習)	思考錯誤 (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)
	14	15	16	17	18
午前	Mild Life 特別編 (セルフマネジメント) ※原則一日参加	トリセツシェアリング (再発防止策作成)	ビジョン☆ラボ (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	Mild Life 特別編 (セルフマネジメント) ※原則一日参加	シンギングボウル (マインドフルネス)	リラックス 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)
	21	22	23	24	25
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 (再発防止策作成)	ハルニレだより (広報誌作り)	健康Walking	ハーブタイム2 (園芸作業)
午後	5月分カレンダー発行 Mild Life (セルフマネジメント)	伝じろう (プレゼン練習)	思考錯誤 (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)
	28	29	30	何かあった時の連絡は 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)	トリセツシェアリング (再発防止策作成)	【特別プログラム】 ワイのオードブル (コミュニケーション系)		
午後	コミュカUP講座 (アサーション)	シンギングボウル (マインドフルネス)	【特別プログラム】 歌う呼吸レッスン ※デイケアと合同		

- ◆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。
- ◆5月分のカレンダー発行日は4/21(火)の予定です。