復職支援コースプログラム予定表【令和7年11月】

	月	火	水	木	金
第1週	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日
午前	文化の目	1週間の 気分の点数化	OWT (復職支援室開放)	WRAP2	TOPクッキング
午後		合同プログラム 「自分ケア」 ストレッチ& リラクセーション OWT	OWT (復職支援室開放)	クラブ	体力づくり 合同TAKKYU
				OWT	OWT
第2週	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日
午前	ラジオ体操 →体力づくり 「ワンバンバレー」 OWT	1週間の 気分の点数化	OWT (復職支援室開放)	ニュースプレゼンテーション	創作活動 アートクラフト OWT
午後	創作活動 アートクラフト OWT	創作活動 「プラ板」	OWT (復職支援室開放)	OWT	体力づくり 合同TAKKYU OWT
第3週	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日	11月21日
第3週	ラジオ体操 →体力づくり	1週間の	OWT/ストレッチ	11月20日 ウォーキング	学習プログラム 「ストレス
	ラジオ体操				学習プログラム
	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 	1週間の	OWT/ストレッチ (復職支援室開放) OWT	ウォーキング	学習プログラム 「ストレス
午前	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 OWT 創作活動	1週間の 気分の点数化 (スーツデー)	OWT/ストレッチ (復職支援室開放)	ウォーキング OWT	学習プログラム 「ストレス マネジメント} 体力づくり
午前	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 OWT 創作活動 アートクラフト	1週間の 気分の点数化 (スーツデー) 体育館オリジナル	OWT/ストレッチ (復職支援室開放) OWT	ウォーキング OWT クラブ	学習プログラム 「ストレス マネジメント} 体力づくり 合同TAKKYU
午前 一 午後 第4週	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 OWT 創作活動 アートクラフト	1週間の 気分の点数化 (スーツデー) 体育館オリジナル プレゼンテーション 11月25日 1週間の	OWT/ストレッチ (復職支援室開放) OWT (復職支援室開放) 11月26日 OWT	ウォーキング OWT クラブ OWT 11月27日	学習プログラム 「ストレス マネジメント} 体力づくり 合同TAKKYU
午前	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 OWT 創作活動 アートクラフト OWT	1週間の 気分の点数化 (スーツデー) 体育館オリジナル プレゼンテーション 11月25日	OWT/ストレッチ (復職支援室開放) OWT (復職支援室開放)	ウォーキング OWT クラブ 	学習プログラム 「ストレス マネジメント] 体力づくり 合同TAKKYU OWT 11月28日 創作活動
午前 一 午後 第4週	ラジオ体操 →体力づくり 「バドミントン」 OWT 創作活動 アートクラフト	1週間の 気分の点数化 (スーツデー) 体育館オリジナル プレゼンテーション 11月25日 1週間の	OWT/ストレッチ (復職支援室開放) OWT (復職支援室開放) 11月26日 OWT	ウォーキング OWT クラブ OWT 11月27日	学習プログラム 「ストレス マネジメント] 体力づくり 合同TAKKYU OWT 11月28日 創作活動 アートクラフト

- プログラム内容は変更となる場合もございます。
- 「OWT」内で適宜、定期面接を実施いたします。
- 火曜午前の「1週間の気分の点数化」は基本的に全員参加していただきます。
- 月曜午前のラジオ体操は全員参加になります。その後、体力づくりに参加しない方はOWTを行います。
- 8:30~入室可能です。通勤訓練の一環として担当スタッフと相談のうえご利用ください。
- 毎週水曜日は復職支援室開放のため、費用は無料です。朝・昼・帰りのミーティングを通常通り行います。