

復職支援コースプログラム予定表【令和7年12月】

| | 月 12月1日 | 火 12月2日 | 水 12月3日 | 木 12月4日 | 金 12月5日 |
|-----------|--|--|------------------------|--|--|
| 第1週 午前 | ラジオ体操 →体力づくり 「バトミントン」 OWT | 1週間の 気分の点数化 | OWT (復職支援室開放) | ウォーキング OWT | WRAP③ |
| 午後 | 創作活動 アートクラフト OWT | 合同プログラム 「自分ケア」 マインドフルネス & セルフコンパッション OWT | OWT (復職支援室開放) | クラブ OWT | 合同 TAKKYU OWT |
| 第2週 午前 | ラジオ体操 →体力づくり 「ワンバウンドバー」 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 | 学習プログラム 「アサーティブ コミュニケーション ①」 |
| 午後 | 創作活動 アートクラフト OWT | 創作活動 「アロマ キャンドル」 | OWT (復職支援室開放) | OWT | 合同 TAKKYU OWT |
| 第3週 午前 | ラジオ体操 →体力づくり 「モルック & ボッチャ」 OWT | 1週間の 気分の点数化 | 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 「アサーティブ コミュニケーション ②」 |
| 午後 | 創作活動 アートクラフト OWT | (体育館) オリジナル プレゼンテーション | OWT (復職支援室開放) | クラブ OWT | 合同 TAKKYU OWT |
| 第4週 午前 | ラジオ体操 →体力づくり 「卓球」 OWT | 1週間の 気分の点数化 | OWT (復職支援室開放) | X'mas会  | 創作活動 アートクラフト OWT |
| 午後 | ジョブリハーサル | OWT | OWT (復職支援室開放) | OWT | 年末合同大掃除  |

- 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。