

復職支援コースプログラム予定表【令和8年4月】

	月	火	水	木	金
第1週			4月1日	4月2日	4月3日
午前			OWT (復職支援室開放)	ウォーキング ----- OWT	WRAP③
午後			OWT (復職支援室開放)	クラブ ----- OWT	合同卓球 ~TAKKYU~ ----- OWT
第2週	4月6日	4月7日	4月8日	4月9日	4月10日
午前	ラジオ体操 →体づくり (バトミントン) ----- OWT	1週間の 気分の点数化	OWT/ストレッチ (復職支援室開放)	ニュースプレゼン テーション	AC ----- OWT
午後	AC ----- OWT	自分ケア OWT	OWT (復職支援室開放)	創作活動	合同卓球 ~TAKKYU~ ----- OWT
第3週	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日	4月17日
午前	ラジオ体操 →体づくり (ワンバウンド バレー) ----- OWT	【スーツ・デー】 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	学習プログラム 「再休職を防ぐ」
午後	AC ----- 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	合同卓球 ~TAKKYU~ ----- OWT
第4週	4月20日	4月21日	4月22日	4月23日	4月24日
午前	ラジオ体操 →体づくり (モルック& ポッチャ) ----- OWT	1週間の 気分の点数化	OWT/ストレッチ (復職支援室開放)	ジョブリハーサル	AC ----- OWT
午後	AC ----- OWT	OWT	OWT (復職支援室開放)	OWT	合同 バレー ----- OWT
第5週	4月27日	4月28日	4月29日	4月30日	
午前	ラジオ体操 →体づくり (卓球) ----- OWT	1週間の 気分の点数化		ウォーキング ----- OWT	
午後	AC ----- OWT	学習プログラム 「認知行動療法」		クラブ ----- OWT	

- 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。