



2024年7月 プログラム表

1 (月)	AM	盆踊り	2 (火)	AM	表現療法	3 (水)	AM	認知行動療法 (問題解決法)	4 (木)	AM	マインドフルネス	5 (金)	AM	就労プログラム (出来るかな?を評価する)
	PM	コミュニケーション		PM	フリータイム		PM	疾病理解		PM	もくもくタイム ※ミーティング		PM	アンガーマネジメント
8 (月)	AM	リラクセーション	9 (火)	AM	大人の発達障害	10 (水)	AM	調理実習	11 (木)	AM	マインドフルネス (セルフ・コンパッション)	12 (金)	AM	認知行動療法 (問題解決法)
	PM	プレゼンテーション		PM	フリータイム		PM	もくもくタイム		PM	ビジネスマナー (電話応対)		PM	卓球
15 (月)	海の日		16 (火)	AM	認知行動療法 (問題解決法)	17 (水)	AM	就労プログラム (就活のソーシャルサポート)	18 (木)	AM	マインドフルネス (ACT)	19 (金)	AM	アンガーマネジメント
				PM	フリータイム		PM	外出企画		PM	大人の発達障害		PM	もくもくタイム ※ミーティング
22 (月)	AM	卓球	23 (火)	AM	ヨガ	24 (水)	AM	外出企画 (振り返り・次回企画)	25 (木)	AM	ビジネスマナー (報連相)	26 (金)	AM	調理実習
	PM	コミュニケーション		PM	フリータイム		PM	認知行動療法 (問題解決法)		PM	マインドフルネス		PM	表現療法
29 (月)	AM	リラクセーション	30 (火)	AM	ストレッチ	31 (水)	AM	認知行動療法 (問題解決法)	<p>☆プログラムは随時変更する場合があります☆</p> <ul style="list-style-type: none"> ・もくもくタイム:各々が課題設定をし、個別ワークに取り組みます。 ・ミーティング:施設利用に関して、利用者様からの提案をもとに話し合います。 ・フリータイム:プログラムの実施はありませんが、施設は開放している時間です。 					
	PM	足裏マッサージ		PM	フリータイム / 交流会		PM	疾病理解						

1日の流れ	
9:30	開所
9:40	ウォーミグアップ
10:10	自習
10:30	午前プログラム
12:00	昼休み
13:20	ストレッチ
13:30	午後プログラム
15:00	日報作成
15:10	一日のふりかえり

見学、体験随時受付中
ご相談もお気軽に

 **052-838-8988**

(電話受付 平日 9:00~17:30)

ホームページ・メールフォームからも
お問合せを受け付けております

 <http://porta-job.com/>
 info@porta-job.com

