

2018



# リワーク ヴィレッジ 月間予定表 1



月	火	水	木	金	土	
1	2	3	4	5	6	
<p>2018年 あけましておめでとうございます 1月です。今年はどんな1年になるのでしょうか。ここから心も大切にしながら自分のペースで歩みたいものですね。</p>			自主活動 自己研修	リワーク初め 篠路神社へ初詣 (悪天候時中止)	休日	
				スポーツ ストレッチポール		
				清水・高谷・吉村・池田		
8	9	10		11	12	13
成人の日	アクションプラン	個人作業 (気分がう)	個人作業 (面談)	コンセンサ ワーク	新聞 スクラップ	アクションプラン
	心理教育 (くしゃくしゃの 手当て)	情報誌 編集部	グループ ワーク	↓ 	スポーツ ヨガ/卓球	
	清水・高谷・池田	清水・高谷・今井		自主活動 自己研修	清水・高谷・中越・池田	
15	16	17		18	19	20
リラクゼーション・イメージング	個人作業	個人作業 (面談)	個人作業 (気分がう)	ヨカル <sup>ハ</sup> ターン 分析	新聞 スクラップ	CBGT
ジムトレ (スポーツジム)	心理教育 (引きずりボール ①)	情報誌 編集部	脳トレ	↓ 	スポーツ ダンベル体操	
清水・高谷	清水・高谷・池田		清水・高谷・今井	自主活動 自己研修	清水・高谷・吉村・中越・池田	
22	23	24		25	26	27
個人作業	時事論評 (準備)	アクションプラン	時事論評 (プレゼン)	個人作業	7サーション ロールプレイ	新聞 スクラップ
ジムトレ (スポーツジム)	心理教育 (引きずりボール ②)	情報誌 編集部	グループ ワーク	↓ 	↓ 	スポーツ ダンス/ストレッチ
清水・高谷	清水・高谷・池田		清水・高谷・今井	自主活動 自己研修	清水・高谷・中越・池田	
29	30	31				
リワークスクール (プレゼンテーション)	個人作業	情報誌 編集部	個人作業			ディベート (準備)
ジムトレ (スポーツジム)	心理教育 (睡眠教育)	ディベート (準備)	ディベート (聴講)			ディベート (討論)
清水・高谷	清水・高谷・池田		清水・高谷・今井			

プログラム内容は変更になる場合がありますのでご了承下さい。  
スポーツプログラムなどは、運動しやすい服装でご参加ください。

平成30年が幕を明けました。

今年もまた、復職・就職へ向け、充実したお手伝いができるよう、スタッフ一同努力して参ります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。  
年明けはまず、少しずつ身体を慣らし、年末年始で崩れてしまったリズムを取り戻していくことから始めましょう。

リワークスタッフ

清水・高谷・吉村・今井・中越・池田

