

復職支援コースプログラム予定表【令和8年2月】

	月 2月2日	火 2月3日	水 2月4日	木 2月5日	金 2月6日
第1週 午前	ラジオ体操 →体力づくり 「モルック&ポッチャ」 ----- 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	WRAP①
午後	AC ----- OWT/ ジョブリハ説明会	合同プログラム 自分ケア 睡眠 ----- 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 「バドミントン」 ----- OWT	1週間の 気分の点数化		ニュース プレゼンテーション	学習プログラム 「自分を知る」
午後	AC ----- OWT	創作活動		ヘルシー 簡単 クッキーづくり ----- OWT	合同 TAKKYU ----- OWT
第3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)	ウォーキング ----- OWT	AC ----- OWT
午後	AC ----- OWT	オリジナル プレゼン テーション(TOP)	OWT (復職支援室開放)	クラブ ----- OWT	合同 バレー ----- OWT
第4週 午前	天皇誕生日 	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		学習プログラム 「自己肯定感」	OWT (復職支援室開放)	OWT	合同 卓球 ----- 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。