

1月 リワーク・プログラム表

			水	木	金
			4	5	6
午前			新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク
午後			マインドフルネス/ヨガ 日報作成	セルフエスティーム 日報作成	スモールプロジェクト 日報作成
	9	10	11	12	13
午前	成人の日	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	薬について学ぶ	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク
午後		アサーションSST 日報作成	マインドフルネス/ヨガ 日報作成	セルフエスティーム 日報作成	スモールプロジェクト 日報作成
	16	17	18	19	20
午前	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン メンバー会議	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク
午後	うつCBT 日報作成	アサーションSST 日報作成	ヘルスプロモーション 日報作成	セルフエスティーム 日報作成	スモールプロジェクト 日報作成
	23	24	25	26	27
午前	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク
午後	うつCBT 日報作成	アサーションSST 日報作成	マインドフルネス/ヨガ 日報作成	セルフエスティーム 日報作成	スモールプロジェクト 日報作成
	30	31			
午前	新聞購読/プレゼン オフィスワーク	新聞購読/プレゼン オフィスワーク			
午後	うつCBT 日報作成	アサーションSST 日報作成			