

令和6年 11月プログラム表

	月	火	水	木	金	
					1	
午前プログラム 9:30~11:40	メンバー交流会のお知らせ 11月16日（土）に交流会を開催します。 テーマは「復職して困ったこと・悩んだこと」です。 復職したOBの話が聞ける貴重な機会です。 ぜひご参加ください☺				しゃべり場	
午後プログラム 13:15~14:40					リラクゼーション	
	4	5	6	7	8	
午前プログラム 9:30~11:40		OT講座 (個人)	グループ ディスカッション	体力測定 (ほっぶ合同)	なんでも相談室	
午後プログラム 13:15~14:40		フリー活動 (カフェリハーサル)	CBT (一部)	フリー活動	MCT	
	11	12	13	14	15	16
午前プログラム 9:30~11:40	カフェ企画	OT講座 (集団)	映画鑑賞	ホームルーム	グループ ディスカッション (ほっぶ合同)	メンバー交流会
午後プログラム 13:15~14:40	フリー活動	フリー活動		フリー活動	グループプレゼン (準備日)	
	18	19	20	21	22	
午前プログラム 9:30~11:40	ウォーキング (ほっぶ合同)	セルフチェック	フリー開放日	薬剤師講座	ホームルーム	
午後プログラム 13:15~14:40	デスクワーク	心理士講座	CBT (一部)	フリー活動	グループプレゼン (発表日)	
	25	26	27	28	29	
午前プログラム 9:30~11:40	心理士講座	事例検討	OT講座 (集団)	体カづくり	委員会	
午後プログラム 13:15~14:40	フリー活動	フリー活動 (カフェ本番)		フリー活動	委員会(振り返り)	
					グループプレゼン (準備日)	

*プログラムは原則参加です。体調不良等による見学を希望される際はスタッフへご相談ください。

*「体カづくり」「ウォーキング」に参加される際は、タオルや飲み物の準備を各自お願いいたします。

*「ウォーキング」の行き先は、奥町公園or木曾川緑地公園(片道20分ほど)です。

*出席予定の日に欠席される際は、担当スタッフまでご連絡をお願いします。

*プログラムは都合により変更する場合があります。

*6、22日は「オフィスデー」です。服装からお仕事への意識を高めましょう！

上林記念病院 自立支援センター ほっぶ
 TEL:0586-61-0110(代)
 Tel対応時間:8:30~17:00

