

# おいらせ（就労支援機能コース） 10月のプログラム

現在就労しているメンバーを対象としたコースです。就労継続、リワークのためのサポートをします。

目標

季節の変わり目は調子を崩しやすいです。職場においてストレスサインに気付き対処方法を考えてみましょう。

月	火	水	木	金
			1 ・自主活動 AM ・HOP PM ・自主活動 ・みんなの談話室	2 ・スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動 ・企画会議
5 ・自主活動 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動 ・クラフト／ペン習字 習字／フラワーアレンジメント	6 ・今日の一品 AM ・クラフト PM ・自主活動 ・みちのく	7 ・クリーンデイ／全体会 AM PM ・自主活動 ・軽スポーツ	8 ・自主活動 AM ・HOP PM ・自主活動 ・クラフト	9 ・スポーツ AM ・クラフト PM ・就労支援
12 ・自主活動 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動 ・クラフト／ペン習字 習字／フラワーアレンジメント	13 ・今日の一品 AM ・クラフト PM ・健康ストレッチ ・仕事のCBT	14 ・自主活動 AM ・クラフト PM ・自主活動 ・グループクラフト	15 ・自主活動 AM ・HOP PM ・自主活動 ・クラフト	16 ・スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動 ・企画会議
19 ・自主活動 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動 ・クラフト／ペン習字 習字／フラワーアレンジメント	20 ・今日の一品 AM ・クラフト PM ・自主活動 ・みちのく	21 ・自主活動 ／気軽に話そう♪ AM ・クラフト PM ・自主活動 ・軽スポーツ	22 ・自主活動 AM ・HOP PM ・自主活動 ・クラフト	23 ・スポーツ AM ・クラフト PM ・就労支援
26 ・自主活動 AM ・軽スポーツ PM ・自主活動 ・クラフト／ペン習字 習字／フラワーアレンジメント	27 ・今日の一品 AM ・クラフト PM ・健康ストレッチ ・仕事のCBT	28 ・自主活動 AM ・クラフト PM ・自主活動 ・グループクラフト	29 ・自主活動 AM ・HOP PM ・自主活動 ・みんなの談話室	30 ・スポーツ AM ・クラフト PM ・自主活動 ・企画会議