

アイトライ武蔵浦和センター1月プログラム予定表（自立）

時間	月	火	水	木	金	土	
	<div><div><div>1月</div></div><div>「自己理解」「運動・生活改善」 「コミュニケーション」「就職準備」 カテゴリーのプログラムは社会生活の 自立度評価指標対象の支援プログラムです。 ★印は就労移行・自立訓練 合同プログラムです</div></div>					<div></div>	
10:10-11:00	5	6	7	8	9	10	
11:10-12:00							
13:00-13:50							
14:00-14:50							
	個別訓練	個別訓練	★初詣/新年の抱負	個別訓練	個別訓練	ボードゲーム	
11:10-12:00	★天城代表講話	PCカレンダー (1月分)	個別訓練	ソーシャルスキル アドラー心理学	★運動プログラム	個別訓練	
13:00-13:50							
14:00-14:50							
	12	13	14	15	16	17	
10:10-11:00	買い物 アキネーター	個別訓練	モニ面談日/ 個別訓練	個別訓練	個別訓練	お茶会/ カウンセリング	
11:10-12:00		モザイクタイル		★ビジネススキル (訓練生企画会議)	身体を動かそう	カウンセリング	
13:00-13:50		個別訓練			個別訓練	個別訓練/ カウンセリング	
14:00-14:50		ストレッチ・リズム体操		スタッフ研修会	個別訓練	ロジックアート	
	19	20	21	22	23	24	
10:10-11:00	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	個別訓練	モッフル作り	
11:10-12:00	人生相談	CBT/WRAP	水平思考		コミュニケーションゲーム		
13:00-13:50	自己紹介	ストレッチ・室内ウォーキング	個別訓練		★運動プログラム		個別訓練
14:00-14:50	個別訓練	個別訓練	データ入力				自己開示とは
	26	27	28	29	30	31	
10:10-11:00	個別訓練	個別訓練	★レバレッジズ株式会社 求人説明会	振り返り ワーク	個別訓練	訓練生企画イベント マルシェ＆ラーメン	
11:10-12:00	コミュニケーションスキル	大谷翔平選手の オープンウィンドウ64		モニ面談		個別訓練	
13:00-13:50	個別訓練						
14:00-14:50	身体を動かそう						個別訓練
		個別訓練	スタッフ研修会				

自己理解
心理
障害理解

運動
生活改善
知識

コミュニ
ケーション

就職準備

クラフト

楽しむ！
イベント系

2026
午

