

平成29年4月 チャレンジド板橋区役所前 グループワーク予定表

※プログラムは変更になることもあります。

日	月	火	水	木	金	土
<p>①今月からウォーキングが再開となります。②ヨガの日は昼食は12時半までに済ませていただきカフェインも控えていただけるとより効果があります。③調理プログラムは1時に施設出発となります。④卓球のほかにバドミントンもやることになりました。体育館なので参加される方は上履きを持参していただきます</p>						1
2	3	4	5	6	7	8
	ストレッチ③ リラックス・体力維持PG	時の人から社会を 見てみよう③ 学習・対人関係強化PG	気になるトピックに ついて語り合おう③ 学習・対人関係強化PG	調理準備 メニュー会議③ 対人関係強化PG	ウォーキング準備③ 対人関係強化PG	
9	10	11	12	13	14	15
	ウォーキング& 調理買い出し③ 体力強化・対人関係 強化PG	調理プログラム③④⑤ まなぼーと調理室 調理作業PG	食事について語って みよう③ 学習・対人関係強化PG	ヨガで自分の身体を 知ろう③ 健康管理・体力維持PG	時の人から社会を 見てみよう③ 学習PG	
16	17	18	19	20	21	22
	卓球&バドミントン③④ 体力強化PG 東板橋体育館	面接を体験してみよう③ 学習・就職応援PG	睡眠について 語ってみよう③ 学習・対人関係強化PG	ビジネスゲーム③ 学習PG	時の人から社会を 見てみよう③ 学習PG	
23/30	24	25	26	27	28	29
	来月の目標を 書道で書く&ペン字③ 自己分析向上PG	書いてみよう履歴書 志望動機③ 学習・就職応援PG	気になるトピックスに ついて語り合おう 学習・対人関係強化PG	ヨガで自分の身体を 知ろう③ 健康管理・体力維持PG	時の人から社会を 見てみよう③ 学習PG	