

## 2026年8月 リワーク・プレワークスケジュール

|    | 日  | 月                   | 火                       | 水                | 木                       | 金               | 土      |
|----|----|---------------------|-------------------------|------------------|-------------------------|-----------------|--------|
|    | 2  | 3                   | 4                       | 5                | 6                       | 7               | 8      |
| AM |    | 1週間の<br>振り返り        | フィジカル<br>トレーニング<br>(ヨガ) | CBT HW           | フィジカル<br>トレーニング<br>(ヨガ) | KYゲーム           | 休み     |
| PM |    | 1か月の振り返り            | IPT④                    | 専門職セミナー<br>(医師)  | グループワーク                 | SST             |        |
|    | 9  | 10                  | 11                      | 12               | 13                      | 14              | 15     |
| AM |    | 1週間の<br>振り返り        | 休み                      | 個人ワーク            | 健康体操                    | 休み              | テーマトーク |
| PM |    | 模擬レポート              |                         | CBT⑤             | グループワーク                 |                 | IPT④   |
|    | 16 | 17                  | 18                      | 19               | 20                      | 21              | 22     |
| AM |    | 1週間の<br>振り返り        | フィジカル<br>トレーニング<br>(ヨガ) | 個人ワーク<br>(クレペリン) | フィジカル<br>トレーニング<br>(ヨガ) | 卓球大会            | 休み     |
| PM |    | 模擬面談                | 健康チェック                  | CBT⑥             | グループワーク                 | 第3金曜日のため<br>お休み |        |
|    | 23 | 24                  | 25                      | 26               | 27                      | 28              | 29     |
| AM |    | 1週間の<br>振り返り        | フィジカル<br>トレーニング<br>(ヨガ) | CBT HW           | 健康体操                    | 休み              | テーマトーク |
| PM |    | レポート教室<br>(年表)      | CBT⑤                    | 専門職セミナー<br>(心理師) | グループワーク                 |                 | IPT⑤   |
|    | 30 | 31                  |                         |                  |                         |                 |        |
| AM |    | 1週間の<br>振り返り        |                         |                  |                         |                 |        |
| PM |    | レポート教室<br>(チェックシート) |                         |                  |                         |                 |        |

フィジカル・卓球大会など運動のプログラムでは着替えやタオル・飲み物など持参してください  
 プログラムは急遽変更になることがありますので、ご了承ください。  
 スケジュールに関する質問がありましたらスタッフまでお気軽にお声かけください