

8月ワークプログラム スケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
	8月3日	8月4日	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日
10:30～	軽いストレッチ	ウォーキング	ウォーキング	軽いストレッチ	ウォーキング		
11:20～		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！	※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		
13:10～	チラシ折り作業&ポスティング		在宅就労ワーク	コミュニケーション	カードゲーム大会		
14:00～		ヨガ	在宅就労ワーク		チラシ折り作業		
	8月10日	8月11日	8月12日	8月13日	8月14日	8月15日	8月16日
10:30～	軽いストレッチ	ウォーキング	ウォーキング	軽いストレッチ	ウォーキング		
11:20～		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！	※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		
13:10～	職場見学に行こう！		在宅就労ワーク	コミュニケーション	ボードゲーム大会		
14:00～	※アルビス笠舞店を見学します	ヨガ	在宅就労ワーク		チラシ折り作業		
	8月17日	8月18日	8月19日	8月20日	8月21日	8月22日	8月23日
10:30～	軽いストレッチ	ウォーキング	ウォーキング	軽いストレッチ	ウォーキング		
11:20～		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！	※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		
13:10～	作業訓練		在宅就労ワーク	コミュニケーション	カードゲーム大会		
14:00～		ヨガ	在宅就労ワーク		チラシ折り作業		
	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
10:30～	軽いストレッチ	ウォーキング	ウォーキング	軽いストレッチ	ウォーキング		
11:20～		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！	※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		※雨の日&酷暑日： やさしいダンスエクササイズ！		
13:10～	カラオケ大会♪		在宅就労ワーク	コミュニケーション	ボードゲーム大会		
14:00～	カラオケ大会♪	ヨガ	在宅就労ワーク		チラシ折り作業		
	8月31日	9月1日	9月2日	9月3日			
10:30～	軽いストレッチ						
11:20～							
13:10～	作業訓練						
14:00～							

赤字・・・外部講師による講座・イベント

黒字・・・支援員が行います

