

令和8年 5月プログラム表

	月	火	水	木	金	
					1	
午前プログラム 9:30~11:40	メンバー交流会のお知らせ 5月16日（土）に交流会を開催します。 テーマは「復職して困ったこと・悩んだこと」 復職したOBと話せる貴重な機会ですので ぜひご参加ください。 ご不明点はスタッフまでお問い合わせください◎				なんでも相談室	
午後プログラム 13:15~14:40					リラクゼーション	
					フリー活動	
	4	5	6	7	8	
午前プログラム 9:30~11:40				体力測定 (ほっぷ合同)	Ns講座 (ほっぷ合同)	
午後プログラム 13:15~14:40				フリー活動	フリー活動	
	11	12	13	14	15	16
午前プログラム 9:30~11:40	ウォーキング 避難訓練	セルフチェック	ペアプレゼン (導入) 	体力づくり	グループ ディスカッション	メンバー交流会
午後プログラム 13:15~14:40	フリー活動	CBT(一部)	フリー活動	フリー活動	フリー活動	
	18	19	20	21	22	
午前プログラム 9:30~11:40	事例検討	アピアランス 講座 	フリー開放日	薬剤師講座 しゃべり場	心理士講座	
午後プログラム 13:15~14:40	フリー活動		フリー活動	フリー活動	フリー活動	
	25	26	27	28	29	
午前プログラム 9:30~11:40	グループ ディスカッション (ほっぷ合同)	OT講座 (集団作業)	ペアプレゼン (発表) 	ホームルーム	委員会	
午後プログラム 13:15~14:40	フリー活動	CBT(一部)	フリー活動	心理士講座	委員会(振り返り)	

- *プログラムは原則参加です。体調不良等による見学を希望される際はスタッフへご相談ください。
- *アピアランス講座は資生堂の講師をお招きして身だしなみ講座を実施します。
- *「体力づくり」「ウォーキング」に参加される際は、タオルや飲み物の準備を各自お願いいたします。
- *「ウォーキング」の行先は奥町公園(片道20分ほど)を予定しています。
- *出席予定の日に欠席される際は、担当スタッフまでご連絡をお願いします。
- *プログラムは都合により変更する場合があります。

上林記念病院
 自立支援センター ほっぷ
 TEL:0586-61-0110(代)
 TEL対応時間:8:30~17:00