

	1(月)	2(火)	3(水)	4(木)	5(金)	6(土)
A M	メンタルアート アートで自己表現 A S	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	フリータイム 自由時間を活用しよう L	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	handmade オリジナルハンドソープ S L
P M	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L Breath	コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	メンタルミュージック 音楽でリラックス S A Breath	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L	(LP-NEXT)	
A M	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	フリータイム 自由時間を活用しよう L	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A		
P M	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L Breath	合同 (調査)睡眠改善の食 L S	読書の日 集中力・思考力を鍛えよう S Breath	コンサルタイム 目標設定や振り返り E A	施設外活動 チラシ要確認 S A	
A M	オフィスワーク 職業スキルを向上させよう W A	合同 (調理)睡眠改善の食 L S	フリータイム 自由時間を活用しよう L	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 2/8	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 4/8	
P M	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L Breath	合同 (実食)睡眠改善の食 L S	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W Breath	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 5/8	
A M	疑似職場負荷トレーニング 職場環境での負荷作業 C W 6/8	疑似職場負荷トレーニング 振り返り C W 8/8	フリータイム 自由時間を活用しよう L	リハーサル 学ぶ会のリハーサル W A	学ぶ会 共に学び共に成長しよう S W	Medical Check 自身の健康状態を正しく知る A L
P M	疑似職場負荷トレーニング 予備日 C W Breath	Communication-TR コミュニケーションをともに学び活かす E C	座談会 日々の出来事を話そう L Breath	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L	ETC 学ぶ会予備 E A	
A M	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L	コンサルタイム 上司との面談を想定した施設長面談 E A	フリータイム 自由時間を活用しよう L			
P M	運動療法(A) たのしく体力維持向上! A L Breath	コンサルタイム 上司との面談を想定した施設長面談 E A	コンサルタイム 上司との面談を想定した施設長面談 E A Breath			
A M						
P M						

2021

3

月間スケジュール

一日の流れ

9:30 フリータイム  
↓  
9:45 クリーニングタイム  
↓  
10:00  
モーニング・ミーティング  
↓  
10:15~11:45  
AM プログラム  
↓  
11:45~13:15  
ランチタイム  
↓  
13:15~14:45  
PMプログラム  
↓  
14:45 クロージング

PGカテゴリ

E	特定/教育
C	コミュニケーション
A	自己分析/セルフケア
S	体験/学習
L	生活スキル
W	職業スキル

LP PHOTO



Little Plus

〒706-0011  
岡山県玉野市宇野  
7-24-1

電話 0863-23-4020  
FAX 0863-23-4030

メール  
info@little-plus.jp  
HP  
https://little-plus.jp

メモ

\*3月より集団認知行動療法(CBGT)の新しいクールを開始します。  
\*3月5日(金)は職員研修のため、13時閉所となります。  
\*「学ぶ会」、「施設長面談」はスーツの日となります。

