

74期生 3ヶ月目 スケジュール表 (2026年10月5日～10月30日)

	月	火	水	木	金
	10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日
午前	スポーツ 又は個別作業	英会話 又は個別作業	エアロビ	グループミーティング(60分) 記入タイム	生活マネジメント③④ (40分) 記入タイム
午後	生活マネジメント①② (40分)	個別作業	書道美文字 又は個別作業	個別作業	個別作業
	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日
午前	スポーツの日	英会話 又は個別作業	エアロビ	グループミーティング(60分) 記入タイム	評価表オリエンテーション・ ポストリワークオリエンテー ション
午後		個別作業	書道美文字 又は個別作業	自己分析①	自己分析②
	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日
午前	スポーツ 又は個別作業	英会話 又は個別作業	エアロビ	グループミーティング(60分) 記入タイム	調理プログラム
午後	自己分析③	自己分析④	書道美文字 又は個別作業	生活マネジメント①② (40分) 記入タイム	労いの会について
	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
午前	スポーツ 又は個別作業	自己理解図①② (60分)	エアロビ	グループミーティング(60分) 記入タイム	労いの会
午後	生活マネジメント③④ (40分) 復職時のポイント	個別作業	書道美文字 又は個別作業	自己理解図③④ (60分)	卒業を祝う会