

おき楽の開所日(22日)
利用できる日(20日)

2026 2 February



月	火	水	木	金	土	日
AM	※利用者それぞれで毎週の午後の時間のスケジューリングを担当に提出。 あるいは、一緒にプランニングしてもらいます（特にステップ2・3はセルフプランする）。 プランの達成度を毎週金曜日（あるいは、任意の曜日）に提出、面談内で共有する。 ※赤は、基本的にはおき楽内利用禁止。 ※緑は、15時まで基本的にチャレンジルームで自習のみ有り。 ※緑の時間帯に、まだ履修していない心理学講座を受講しましょう！					1
PM						
AM	2 運動プログラム (ソフトバレー)	3 心理学ワーク	4 SST (案件)	5 新プログラム (ライフレビュー)	6 振り返り	7 ドライブ 桜見学
PM					スタッフミーティング	8
AM	9 ヨガ	10 建国記念の日	11 心理学ワーク	12 SST (案件)	13 振り返り	14 リフレッシュ (OB/OGと座談会)
PM					スタッフミーティング	15
AM	16 中間発表	17 中間発表	18 SST (案件)	19 新プログラム (ライフレビュー)	20 振り返り	21 ボウリング
PM					スタッフミーティング	22
AM	23 天皇誕生日	24 心理学ワーク	25 SST (案件)	26 看護師の ちょっと ためになる話	27 振り返り	28 リフレッシュ (eスポーツ)
PM		リワーク 定例勉強会 (脇)		運動プログラム (ハドミット)	スタッフミーティング	