

2022年4月 プログラム



日	月	火	水	木	金	土
					1 AM みんなのチカラ歌 (テンションが上がる歌は?) 自分の気持ちを伝える ストレス発散法を見つける PM ダイヤモンドランキング 自己理解を深める	2 AM クッキー作り ストレス発散法を見つける 団体行動 報告・連絡・相談 PM UNO 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける
3	4 AM ビジネス講座① (社人へのルール) 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM 幸せ吐き出し会 (小さい幸せを教えてください) 自分の気持ちを伝える コミュニケーション	5 AM セルフケア講座 (自分で自分を上手に助ける方法) 心と体を管理する力 自己理解 PM ウォーキング 心と体を管理する力 体づくり 団体行動 ストレス発散法を見つける	6 AM PM 健康体操(事業所内) 集中力を高める 心と体を管理する力 体づくり ストレス発散法を見つける	7 AM ディベート① 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分の気持ちを伝える PM SST① ストレス発散法を見つける コミュニケーションを取る	8 AM 美文字講座 読みやすい文字を書く 集中力を高める PM グループワーク① (お取り寄せ何にする?) 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける 規則の厳守	9 AM カウンセリングDAY PM お絵描きコラボ 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける
→ トライアルウィーク						
10	11 AM 漢字ダービー 集中力を高める 自分の気持ちを伝える コミュニケーション PM 英会話 語学を学ぶ コミュニケーションを取る	12 AM いちご狩り 団体行動 報告・連絡・相談 コミュニケーションを取る ストレス発散法を見つける PM	13 AM ベッパパーランチ作り ストレス発散法を見つける 団体行動 報告・連絡・相談 PM UNO 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける	14 AM 座談会① (自分にとって癒しとは?) コミュニケーション ストレス発散法を見つける 規則の厳守 PM ウォーキング 心と体を管理する力 体づくり 団体行動 ストレス発散法を見つける	15 AM チャレンジDAY(50P) AM ビジネス講座② (聞いたことを書く、メモの練習) コミュニケーション 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM 神経衰弱メイク10 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける	16 AM 引き換え日(ケンタッキー) PM 「はあ」っていうゲーム 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける
17	18 AM サークル活動決め 自分の気持ちを伝える コミュニケーション 団体行動 ストレス発散法を見つける PM ビジネス講座③ (仕事をやる上でプラスになったことは?) 就職に必要な知識や技能を学ぶ	19 AM グループワーク②(人とコミュニケーションを取る上で必要なことベスト5!) 自分の気持ちを伝える コミュニケーション ストレス発散法を見つける 規則の厳守 PM アンガーマネジメント (感情のコントロール) 心と体を管理する力 感情のコントロール	20 AM PM 健康体操(事業所内) 集中力を高める 心と体を管理する力 体づくり ストレス発散法を見つける	21 AM お薬調べ 心と体を管理する力 PM 脳トレ(ロゴ当てゲーム) 集中力を高める	22 AM 引き換え日(ミニストップ) PM ウォーキング 心と体を管理する力 体づくり 団体行動 ストレス発散法を見つける	23 AM ディベート② 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分の気持ちを伝える PM SST② ストレス発散法を見つける コミュニケーションを取る
→ トライアルウィーク						
24	25 AM パレット資格紹介 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM 英会話 語学を学ぶ コミュニケーションを取る	26 AM でんじろう実験 (水はすべてお見通し) 集中力、考える力を高める 自分の気持ちを伝える PM ボランティア清掃 地域清掃 協力して作業する	27 AM チャレンジDAY(100P) PM 座談会② (今までやってきて良かったことは?) コミュニケーション ストレス発散法を見つける 規則の厳守	28 AM 引き換え日(モンテヤマザキ) PM ビジネス講座④ (日常生活の基礎作り) 就職に必要な知識や技能を学ぶ	29 AM お取り寄せ 団体行動 自分の気持ちを伝える PM	30 AM ハーバリウム ボールペン作り 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る 集中力を高める PM 他己紹介 自分の気持ちを伝える コミュニケーション

- ・通所日(日付)に○をつけて提出をお願いします。
- ・プログラム参加される場合は、掲示板のプログラム参加表に判を押してください。(イニシャル表記でもOKです。)
- ・必要物品があるプログラムにつきましては、当日参加が認められない場合がありますのでご了承ください。
- ・諸事情によりプログラム変更・追加される場合がございます。前日までのホワイトボードにてご確認ください。
- 不明な点がございましたら職員までご確認ください。まだまだ感染症が流行中です。予防対策をしっかりしましょう☺
- ・体調が不安定になる時期ですので自律神経をしっかり整えて乗り越えていきましょう(`・ω・´)



※3/21(月)までに提出お願いします★
提出が遅れる場合は事前に職員へ声をかけてください!