

# 2024年7月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土
7	1 AM 美文字講座 (七夕の短冊) 相手が読みやすい文字を書く 集中力  PM 業務体験① 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分にできることを知る	2 AM  PM 健康体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	3 AM ストレス感情のトリセツ 体調管理 障害や病気の自己理解  PM	4 AM 室内運動 体力作り 団体行動 ストレス発散方法  PM グループワーク① 「地図を作ろう」 規則の厳守 コミュニケーション 気持ちを伝える・受け止める	5 AM  PM ビジネス講座① 「自分のことを知ろう」 自分分析 自己理解 長所・短所	6 AM ヘアアイロン講座 身だしなみ 就職に必要な知識や技能を学ぶ  PM お薬手帳カバー作り 手先の作業 規則の厳守(手順理解) 薬の管理
	8 AM  PM ビジネス講座② 「働くとは？」 就職に必要な知識や技能を学ぶ	9 ~チャレンジDAY~ ※全員通所日 AM 業務体験② 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分にできることを知る  PM サークル活動 規則の厳守 コミュニケーション 気持ちを伝える・受け止める	10 AM 調理プログラム 「七夕そうめん」 報告・連絡・相談 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法  PM	11 AM  PM パソコン講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ	12 学校じゃ教えてくれない! AM 社会人のルール 就職に必要な知識や技能を学ぶ  PM ヨガ+メディテーション① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	13 ~カウンセリングDAY~ AM 林先生の音楽プログラム 規則の厳守 気持ちを伝える・受け止める ストレス発散方法  PM SST① コミュニケーション ストレス発散方法
14	15 AM みんなのチカラ歌 「夏うた！」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える  PM 英会話① 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	16 AM ビジネス講座③ 「メモを取る」 就職に必要な知識や技能を学ぶ(業務遂行)  PM 健康体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法	17 AM 業務体験③ 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分にできることを知る  PM グループワーク② 「パレット夏祭りのメニュー決め」 規則の厳守 コミュニケーション 気持ちを伝える・受け止める	18 AM 人間関係が上手にいく方法 障害や病気の自己理解 就職に必要な知識や技能を学ぶ  PM	19 AM  PM 他己紹介(2コマ予定) コミュニケーション 話す力・聞く力 規則の厳守	20 AM 引き換え(スタバ)  PM 業務体験④ 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分にできることを知る
	21	22 AM 大人の語彙力 就職に必要な知識や技能を学ぶ (伝える力のレパートリーを増やす)  PM	23 AM ディベート 就職に必要な知識や技能を学ぶ(考える力) 気持ちを伝える・受け止める  PM SST② コミュニケーション ストレス発散方法	24 AM  PM スキルアップ講座 「仕事の進め方」 就職に必要な知識や技能を学ぶ(業務遂行) 規則の厳守	25 AM 怒らない伝え方 (アンガーマネジメント) 体調管理 障害や病気の自己理解 伝える力  PM	26 AM 業務体験⑤ 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分にできることを知る  PM ヨガ+メディテーション② 体力作り 集中力 ストレス発散方法
28	29 AM  PM 英会話② 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	30 AM グループワーク③ 「餃子市に 新たなゆるキャラを作るなら？」 規則の厳守 コミュニケーション 気持ちを伝える・受け止める  PM 引き換え(ユノリ)	31 AM クールダウンメゾットとは? 体調管理(夏バテ防止)  PM クールダウンメゾット(実践) 体調管理(夏バテ防止)	お知らせ 		

- 通所日(日付)に○をつけて提出をお願いします。不明な点がございましたら職員までご確認ください。
- 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。  
まだまだ感染症が流行中です。予防対策をしっかりとしましょう☺
- 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いきましょう(\*^^)v

※6/22(土)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!