

# 2024年8月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土
4	<p><b>お知らせ</b></p> <p>★8/23(金) パレット夏祭り ※当日のプログラム内容は、 決定次第お知らせします！</p>			<p>1 AM 美文字講座 相手が読みやすい文字を書く 集中力</p> <p>PM</p>	<p>2 AM グループワーク① 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</p> <p>PM 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</p>	<p>3 AM 業務体験 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</p> <p>PM ウォーキング(夏祭り見学) ※かき水屋さんを探しに行こう！ 団体行動 体力作り 規則の厳守</p>
	<p>5 ~チャレンジDAY~ ※全員通所日</p> <p>AM 脳トレ 集中力 ストレス発散方法 就職に必要な知識や技能を学ぶ(考える力)</p> <p>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</p>	<p>6 AM 業務体験 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</p> <p>PM DIY(デザイン) 考える力 規則の厳守 伝える力</p>	<p>7 AM</p> <p>PM ビジネス講座① 「自分の考え方を知る」 自分分析 自己理解 長所・短所</p>	<p>8 AM</p> <p>PM パソコン講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ</p>	<p>9 AM 人間関係が上手くいく方法 障害や病気の自己理解 就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>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</p>	<p>10 ~カウンセリングDAY~ 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</p> <p>PM SST① コミュニケーション ストレス発散方法</p>
11	<p>12 AM ★座談会 (OB・OG会)</p> <p>PM 英会話① 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション</p>	<p>13 AM</p> <p>PM 健康体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法</p>	<p>14 AM 業務体験 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</p> <p>PM 神経衰弱メイク10 集中力 考える力 コミュニケーション</p>	<p>15 AM こんなときどうする？ 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自己管理</p> <p>PM パレットで 南国気分を味わおう！ </p>	<p>16 AM ビジネス講座② 「時間管理について」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 規則の厳守</p> <p>PM</p>	<p>17 AM 引き換え(ローソン)</p> <p>PM ボブジテン(カードゲーム) ストレス発散方法 規則の厳守 集中力 コミュニケーション 団体行動 考える力</p>
	<p>19 AM 業務体験 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</p> <p>PM スキル講座「社内清掃」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 体調管理</p>	<p>20 AM</p> <p>PM 健康体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法</p>	<p>21 AM グループワーク② 「夏祭りの打ち合わせ」 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</p> <p>PM13:00~ ★特別プログラム 講師:【社会福祉支援研究機構】 渡部さま</p>	<p>22 AM 林先生の音楽プログラム ストレス発散方法 規則の厳守 気持ちを伝える・受け止める</p> <p>PM SST① コミュニケーション ストレス発散方法</p>	<p>23 <b>パレット夏祭り</b> 団体行動 報道相 規則の厳守 時間の厳守 コミュニケーション ストレス発散方法</p>	<p>24 AM</p> <p>PM みんなのチカラ歌 「最近よく聴く歌は？」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える</p>
25	<p>26 AM グループワーク③ 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</p> <p>PM 英会話② 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション</p>	<p>27 AM 引き換え(すき家)</p> <p>PM 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)</p>	<p>28 AM ビジネス講座③ 「電話応対」 就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM</p>	<p>29 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</p> <p>PM</p>	<p>30 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</p> <p>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</p>	<p>31 AM 集中力アップ講座(下準備) 就職に必要な知識や技能を学ぶ(集中力) 手先の作業</p> <p>PM 集中力アップ講座(作成) 就職に必要な知識や技能を学ぶ(集中力) 手先の作業</p>

- 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

※7/23(火)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！