

# 2024年11月 プログラム

様



| 日   | 月  | 火   | 水   | 木   | 金   | 土  |    |    |
|---|--|---|---|---|---|--|----|----|
| 3   | 4  | 5   | 6   | 7   | 8   | 9  |    |    |
|   |  |   |   |   |   |  | 10 | 11 |
| 17  | 18   | 19  | 20  | 21  | 22  | 23   |    |    |
|   |  |   |   |   |   |  | 24 | 25 |
| <p><b>お知らせ</b></p> <p>下記プログラムは、連動プログラムです！</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・11/12(火) グループワーク</li> <li>・11/19(火) ビジネス講座</li> <li>・11/26(火) 人生の設計図</li> </ul> | <p>1 学校じゃ教えてくれない！<br/>AM 社会人のルール<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM 運動会準備①<br/>「ガーランド・飾り(切る)」<br/>手先の作業 規則の厳守 集中力<br/>自分の気持ちを伝える</p> | <p>2 AM パレットランチ会<br/>「ロイヤルインドに<br/>食べに行こう！」</p> <p>PM 運動会準備②<br/>「ガーランド・飾り(切る・取付)」<br/>手先の作業 規則の厳守 集中力<br/>自分の気持ちを伝える</p>                     | <p>AM パソコン講座<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM ストレス感情のトリセツ<br/>体調管理 障害や病気の自己理解</p>                                     | <p>AM ビジネス講座①<br/>「自分を大切にしよう」<br/>自分分析 自己理解 ストレス発散方法</p> <p>PM 健康体操①<br/>体力作り 集中力 ストレス発散方法</p>      | <p>AM ウォーキング①<br/>体力作り 団体行動 ストレス発散方法</p> <p>PM 運動会準備③<br/>「ガーランド・飾りつけ(掲示完成)」<br/>手先の作業 規則の厳守 集中力<br/>自分の気持ちを伝える</p> | <p>AM デイバート①<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ(考える力)<br/>気持ちを伝える・受け止める</p> <p>PM SST①<br/>コミュニケーション ストレス発散方法</p>                          |    |    |
| → トライアルウィーク →   |  |   |   |   |   |  |    |    |
| 10  | 11   | 12  | 13  | 14  | 15  | 16   |    |    |
| 17  | 18   | 19  | 20  | 21  | 22  | 23   |    |    |
| 24  | 25   | 26  | 27  | 28  | 29  | 30   |    |    |
|   | <p>AM パソコン講座<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM 英会話①<br/>語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション</p>   | <p>AM 運動会準備⑤<br/>「道具作成(完成)」<br/>手先の作業 規則の厳守 集中力<br/>自分の気持ちを伝える</p> <p>PM ★グループワーク<br/>「お給料は何に使いたい？」<br/>規則の厳守 コミュニケーション<br/>気持ちを伝える・受け止める</p> | <p>AM 調理プログラム<br/>「鮭のホイル焼き」<br/>報告・連絡・相談 団体行動<br/>コミュニケーション<br/>ストレス発散方法</p>                                      | <p>AM 引き換え(モンテヤマザキ)</p> <p>PM クリーンウォーキング<br/>体力作り 団体行動 ストレス発散方法<br/>地域清掃</p>                        | <p>AM 大人の語彙力<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ<br/>(伝える力のレパートリーを増やす)</p> <p>PM ★稲毛の利用者さん主催<br/>プログラム</p>                           | <p>AM</p> <p>PM DIY<br/>手先の作業 考える力<br/>規則の厳守 伝える力</p>  |    |    |
| → トライアルウィーク →   |  |   |   |   |   |  |    |    |
|   | <p>AM パソコン講座<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM サークル活動<br/>規則の厳守 コミュニケーション<br/>気持ちを伝える・受け止める</p>                                     | <p>AM</p> <p>PM ★ビジネス講座②<br/>「ライフプラン」<br/>金銭管理 自分で生計を立てる</p>  | <p>AM 美文字講座<br/>相手が読みやすい文字を書く 集中力</p> <p>PM MBTI診断<br/>働くために必要な力(自分自身を知る)<br/>コミュニケーション<br/>(相性を知る/感情のコントロール)</p> | <p>AM 日常生活の基礎作り<br/>体調管理 障害や病気の自己理解<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM ウォーキング②<br/>体力作り 団体行動 ストレス発散方法</p> | <p>AM スキルアップ講座<br/>「引継ぎするための電話応対」<br/>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<br/>体力作り 集中力 ストレス発散方法</p>               | <p>AM デイバート②<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ(考える力)<br/>気持ちを伝える・受け止める</p> <p>PM SST②<br/>コミュニケーション ストレス発散方法</p>                          |    |    |
|   | <p>AM パソコン講座<br/>就職に必要な知識や技能を学ぶ</p> <p>PM 英会話②<br/>語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション</p>   | <p>AM ★人生の設計図<br/>「家計簿作成」<br/>金銭管理 自分で生計を立てる</p> <p>PM 健康体操②<br/>体力作り 集中力 ストレス発散方法</p>  | <p>AM 心の容量(キャパ)が増える<br/>メンタルの取扱説明書<br/>体調管理 障害や病気の自己理解</p> <p>PM ウォーキング③<br/>体力作り 団体行動 ストレス発散方法</p>               | <p>パレット運動会</p> <p>コミュニケーション 団体行動<br/>ストレス発散方法 規則の厳守</p>   | <p>AM</p> <p>PM みんなのチカラ歌<br/>「リラックスしたいときに<br/>聞きたい歌は？」<br/>ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える</p>                                  | <p>AM 引き換え(イオン餃子内)<br/>・サンマルクカフェ<br/>・ミスド ・コージーコーナー</p> <p>PM ボードゲーム<br/>「人生ゲーム」<br/>ストレス発散方法 考える力<br/>コミュニケーション 規則の厳守</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と整えていきましょう(\*^^)v

※10/19(土)までに、提出をお願いします★  
提出が遅れる場合は事前に職員へ声をかけてください！