

2024年 11月

プログラムスケジュール

就労移行支援事業所パレット稲毛海岸
 TEL 043-305-5053 FAX 043-305-5054
 Mail ☒ palette.inagekaigan@gmail.com

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:00~11:50 13:00~14:50					1 パレットフリートーク 利用者さん同士のフリートーク	2 フリーマーケット (10-15) 午前・午後どちらかの参加もOK in高洲コミュニティセンター
10:00~11:50 13:00~14:50	4 就職活動準備 就職に必要なスキルを学びます	5 ブックカバーづくり 自分だけのオリジナル作品を作ろう SST 他者と協力するトレーニング	6 色かるた 色に関するテーマトーク	7 セルフケア ストレス対処法について ヨガストレッチ 心身のリフレッシュ♡	8 外出プログラム 公共交通機関を使って出かけよう	9 映画鑑賞 観たい映画のリクエスト大募集
10:00~11:50 13:00~14:50	11 挑戦者現る キャラメル作り 自分史を作ろう 自分らしさを見つけよう	12 朝からカラオケ 朝からカラオケでハッスル×② コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える！	13 カラフルお弁当作り 食事で心と体を健やかに！	14 病識講座 障がいや病気について学びます	15 ウォーキング 海浜公園へ行こう リズムック プロの打楽器奏者のレッスン♪	16 FFP卒業生も参加 SST 他者と協力するトレーニング
10:00~11:50 13:00~14:50	18 モルック フィンランド発祥のスポーツ競技	19 コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える！	20 麻雀大会 麻雀は頭のスポーツ!! 美姿勢ストレッチ からだをやわらかくしよう！	21 挑戦者現る 秋の写真コンテスト	22 SST～体験会～ 外部向けのためいつもと内容が異なります	23 パソコンスキルアップ Gmail & ZOOMをマスターしよう
10:00~11:50 13:00~14:50	25 ポスター作成 12月講座のポスターを作成 頭のエクササイズ 楽しくユニークな頭の運動を！	26 挑戦者現る ご利用者様によるプレゼン SST 他者と協力するトレーニング	27 病識講座 障がいや病気について学びます	28 ギターで歌おう 皆で歌う楽しさを味わおう	29 プログラミング基礎 Excelマクロの基本を学ぼう！	30 エクササイズ 楽しくユニークな運動を！

※予定が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。