

2021年12月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土
			1 チャレンジDAY(50P) AM 年賀状作り 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る PM	2 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	3 AM クリスマス準備① (飾り作り) 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る 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	4 就職者用デザート引き換え日 AM 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
5	6 AM グループワーク① (クリスマス何を作る?) 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 PM 英会話 語学を学ぶ コミュニケーションを取る	7 AM 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 PM	8 引き換え日(スタバ) AM PM クリスマス準備② (飾り作り、飾り付け) 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る	9 AM ストレス吐き出し会 (最近のストレスは?) 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 PM 健康体操(体育館) 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	10 AM ビジネス講座① (来客対応) 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM はあつていうゲーム 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	11 カウンセリングDAY 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
トライアルウィーク						
12	13 AM きんば釜めし作り ストレス発散法を見つける 団体行動 報告・連絡・相談 PM	14 AM 座談会 (もしも生まれ変われるんだったら何になりたい?)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 PC基礎講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ	15 AM 障害者雇用テレワーク促進 フォーラム(オンライン) 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM コミュニケーションゲーム (ラーメン屋の座席を作ろう!) コミュニケーション ストレス発散法を見つける	16 AM ビジネス講座② (社会人のルール) 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM バトミントン 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	17 引き換え日(ミニストップ) AM PM ボランティア清掃 地域清掃 協力して作業する	18 就職者用デザート引き換え日 AM クリスマス準備③ (電球スノーマン作り) 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る PM
19	20 AM グループワーク② (パレットをより使いやすくなるためには?) 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 英会話 語学を学ぶ コミュニケーションを取る	21 AM ビジネス講座③ (苦手な人への対応の仕方) 就職に必要な知識や技能を学ぶ 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	22 AM クリスマス準備④ (買い出し) 自分の気持ちを伝える コミュニケーションを取る PM	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	24 クリスマスパーティー ストレス発散法を見つける 団体行動 報告・連絡・相談 コミュニケーションを取る	25 就職者用デザート引き換え日 AM サークル活動 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 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
トライアルウィーク						
26	27 AM DVD鑑賞 ストレス発散法を見つける 集中力を高める PM	28 引き換え日(パティスリーソレイユ) 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	29 チャレンジDAY(100P) AM 大掃除 心と体を管理する力 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM お疲れ様会 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	30	31	

- ・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・´)



※11/20(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!