

# スケジュール提出のお願い (期限: 1月21日(金)まで)

- ①名前の入力
- ②日付横の空欄で通所or在宅の選択
- ③訓練時間の入力
- ④参加する講座名の左横の空欄で「参加」、不参加には「不参加」の入力。
- ⑤お弁当の右空欄にて、食べる場合は「○」、食べない場合は「×」を選択

例	通所
訓練時間	10-15
参加	10-12
	イベント1
不参加	13-15
	イベント2
お弁当	○

2月のスケジュール						氏名
月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	1	2	3	4	5	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
	10-12 PDCA	10-12 発声・朗読		13-15 SST	13-15 病識講座	10-12 SUSHI会 13-15 オンラインプログラム
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
7	8	9	10	11	12	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 行動実践サークル	10-12 ピアノで歌おう		10-12 運動サークル会議	10-12 リズムック講座		
13-15 感情デザイン	13-15 ディベート	13-15 発声・朗読	13-15 ヨガ・ストレッチ	13-15 ライフスキル・清掃	13-15 色かるた	
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
14	15	16	17	18	19	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 英語講座	10-12 栄養講座	10-12 発声・朗読	10-12 PC基礎	13-15 伝える力	10-12 IKEAwalk	
13-15 感情デザイン	13-15 ディベート	13-15 就職活動準備	13-15 SST	10-12 運動サークル会議		
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
21	22	23	24	25	26	
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 行動実践サークル会議	10-12 病識講座		10-12 話し方講座	10-12 ダンスサイズ		
13-15 KPT		13-15 発声・朗読	13-15 SST	13-15 ワークワークショップ	13-15 映画鑑賞	
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	
28						
訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	訓練時間	
10-12 書類作成						
13-15 プレゼンの会						
お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	お弁当	

**備考** SSTは人数制限を設けさせていただきます。全員提出後に調整をさせていただきますのでご了承ください。

**お知らせ** 2月1日(火)～2月28日(月)冬のパレリンピック開催  
 種目 「通所」or「在宅」  
 内容 2月1日～2月28日(日曜日を除く)の間で、一定の条件を達成したパレリアン※に対して、表彰および記念品の授与をおこないます。 ※パレリアン…パレリンピックの出場選手のこと  
 条件 20日通所…金メダル 19日通所…銀メダル 18日通所…銅メダル

講座名	内容	担当職員
PDCA	先月の振り返りと今月の振り返りをしよう。	穴倉
発声・朗読	現役舞台女優による声の出し方のトレーニング。	浅井
SST	ゲームや対話を通してコミュニケーションの訓練をします。	林
病識講座	病気・障がいまたは生活習慣における基礎知識を学ぶことでQOLの向上を目指します。(2月4日はリクエストいただいていた「依存症について」22日は新講座となります)	中島
SUSHI会	やるせないじゃない 恋は海苔巻き(握りでも可)	岡本
オンラインプログラム	「繋がってるよ!笑顔になろうよ!」プロジェクト第30弾 「聴覚障がい者と手話~事例を通して~」	金井富美子
感情デザイン	アイスブレイク+社会疑似体験をしていただきます。自分の気持ちを整理整頓!フル活用!	稲田
ピアノで歌おう	ピアノ伴奏と一緒に歌います!	小島
ディベート	論理的に話す練習をします。	林
リズムック講座	打楽器と歌を用いたエネルギーの発散・コントロールの音楽療法	篠
ライフスキル・清掃	感情と心の違いは何ですか?感情について学びます!	岡本
色かるた	あるお題に対して、思い浮かべる色のカルタを取って、エピソードトークをします。	中島
英語講座	英語の発音がぐっとうまくなる!フォニクスを学ぼう!	長谷川
栄養講座	心と体の健康を目指して、栄養・食事方法について学びます。	岡本
就職活動準備	就職活動をする前の心構えについて話をします	穴倉
PC基礎	お仕事に必要なパソコンスキルはどこまで求められるのかみんなを確認しましょう。	竜田
運動サークル会議	相手に分かりやすく、手短かに伝える訓練	穴倉
IKEAwalk	パレットのインテリアをより良くするためにIKEA Tokyo-Bayに行きます!	岡本
KPT	KEEP・PROBLEM・TRYをみんなで話し合います	穴倉
話し方講座	ビジネスマナーとしての話し方や、声の出し方。	小島
ダンスサイズ	ウォーミングのストレッチからスタートし、動画を観ながらみんなでダンスを楽しみます。 持ち物:動きやすい服装・水	長谷川
ワークワークショップ	傍を楽にするが目標!パレットの実際のお仕事を体験します!	岡本
映画鑑賞	事業所で映画を見ます。みんなでお勧めの映画・もう一度見たい映画を教え合ひましょう。	竜田
プレゼンの会	今回は「映画or漫画」をプレゼンで紹介してもらいます!	穴倉

サークル		
利用者さん主体で活動内容を決めて実践していきます。 サークルは基本的に会議の参加メンバーでの参加のみとなります。		
運動サークル	1月20日の会議で次回の活動内容が決まります	穴倉
運動サークル会議	翌月の運動は何を行うのか話し合いをします	稲田
行動実践サークル	会議で決めた内容を実践します。	岡本
行動実践サークル会議	地元の史跡を調べて遅れる。飲食店での接客方法の見学などを通して就職のために必要なスキル・知識や体力の工事上のために実践する内容を決めます。	稲田 竜田