

2023年4月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土		
2						1 チャレンジDAY(100P) AM メイク講座 就職に必要な知識や技術を学ぶ 身だしなみ PM UNO コミュニケーション ストレス発散方法 講師の指導		
3		4 AM 大人の語彙力 就職に必要な知識や技術を学ぶ (伝える力のパートナーを演ずす) PM 英会話 英会話を学ぶ 講師の指導 コミュニケーション	5 AM 発掘 手先の作業 集中力 講師の指導 PM ウォーキング 体力作り 団体行動 ストレス発散方法	6 AM イーasterエッグ作り 手先の作業 集中力 講師の指導 PM 座談会 「最近ハマっていることは？」 コミュニケーション 自分の気持ちを伝える	7 AM 自律神経を整える方法 体調管理 練習や病気の自己理解 PM13:00~ ZOOM オンライン講座 「スマホでも楽しめる写真ポイント講座」	8 カウンセリングDAY AM デイベート① 就職に必要な知識や技術を学ぶ(考える力) 自分の気持ちを伝える PM SST① コミュニケーション ストレス発散方法		
9		10 チャレンジDAY(50P) AM キーホルダー作り① 「デザインを考えよう！」 考える力 集中力 PM ウォーキング 体力作り 団体行動 ストレス発散方法	11 AM みんなのチカラ歌① 「学生のとぎに聞いている歌は？」 自分の気持ちを伝える ストレス発散方法 PM 健康体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	12 AM PM ビジネス講座① 「話し方の基礎」 就職に必要な知識や技術を学ぶ (コミュニケーション/伝える力)	13 AM いちご祭り (外出プログラム) 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法 PM イラスト講座② 「時間の管理は、なぜ必要？」 ※/178W⑥との運動プログラム	14 AM 心の容量(キャパ)が増えるメンタルの取扱説明書 体調管理 練習や病気の自己理解 PM ヨガ・ストレッチ 体力作り 体調管理 集中力 ストレス発散方法	15 引き換え(クロッチョココアエ) AM PM キーホルダー作り② 「オリジナルを作ってみよう！」 手先の作業 集中力 講師の指導	
16		17 AM グループワーク① 「時間の管理は、なぜ必要？」 気持ちを伝える・受け止める PM 英会話 語学を学ぶ 講師の指導 コミュニケーション	18 AM 余計な一言を好かれる一言に変える方法 就職に必要な知識や技術を学ぶ(伝える力) PM 脳トレ 集中力 就職に必要な知識や技術を学ぶ(考える力)	19 AM PM 公園で体を動かそう！ 体力作り 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法	20 AM ウォーキング 体力作り 団体行動 ストレス発散方法 PM ビジネス講座② 「時間の管理は、なぜ必要？」 ※/178W⑥との運動プログラム	21 AM デイベート② 就職に必要な知識や技術を学ぶ(伝える力) 自分の気持ちを伝える PM SST② コミュニケーション ストレス発散方法	22 AM たここパーティー 報告・連絡・相談 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法 PM 他已紹介 話す力・聞く力	23
24		24 ちよっとしたことでも上手いく！ AM 人間関係で困らない方法 練習や病気の自己理解 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM エニアグラム診断 自己理解 コミュニケーション	25 引き換え(セブンイレブン) AM PM 健康体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法	26 AM 肉巻きおにぎり作り 報告・連絡・相談 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法 PM 肉巻きおにぎり作り 報告・連絡・相談 団体行動 コミュニケーション ストレス発散方法	27 AM 健康管理講座 体調管理 練習や病気の自己理解 PM グループワーク② 「こんなとまどうする？」 報告・連絡・相談 団体行動 講師の指導	28 AM ビジネススキル講座 「文書作成」 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM ボランティア清掃 報告・連絡・相談 団体行動 地球清掃	29 AM 神経衰弱メイク10 集中力 記憶力 計算力(考える力) PM みんなのチカラ歌② 「テンションが上がる歌は？」 自分の気持ちを伝える ストレス発散方法	30

・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。
 ・体調が不安定になる時期ですので、予防対策をしっかりと取り整えていきましょう(*~*)
 ※3/20(月)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!

