

2023年4月 プログラム



日	月	火	水	木	金	土
						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 規則の厳守
2	3 AM 美文字講座 相手が読みやすい文字を書く 集中力 PM 英会話 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	4 AM 大人の語彙力 就職に必要な知識や技術を学ぶ (伝える力のレパートリーを増やす) PM	5 AM 発掘 手先の作業 集中力 規則の厳守 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 イースターエッグ作り 手先の作業 集中力 規則の厳守 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 障害や病気の自己理解 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 ディベート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
→ トライアルウィーク →						
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 みんなのチカラ歌① 「学生のときに聞いていた歌は？」 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 いちご狩り (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	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 障害や病気の自己理解 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(クロツチョコカフェ) 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 規則の厳守
16	17 AM グループワーク① 「時間の管理は、なぜ必要？」 規則の厳守 コミュニケーション 気持ちを伝える・受け止める PM 英会話 語学を学ぶ 規則の厳守 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？」 就職に必要な知識や技術を学ぶ ※4/17GW①との連動プログラム	21 AM ディベート② 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 SST② コミュニケーション ストレス発散方法	22 たこたこパーティー 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 他己紹介 コミュニケーション 話す力・聞く力
→ トライアルウィーク →						
23	24 ちょっとしたことでも上手に！ AM 人間関係で困らない方法 障害や病気の自己理解 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	27 AM 健康管理講座 体調管理 障害や病気の自己理解 PM グループワーク② 「こんなときどうする？」 就職に必要な知識や技術を学ぶ 規則の厳守	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 規則の厳守 団体行動 地域清掃	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

- 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整えていきましょう(*^^)v

※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！

