2023年5月　プログラム

様

日	月	火	水	木	金	土
	1 AM　ウォーキング 体力作り　団体行動　ストレス発散方法 PM　英会話① 語学を学ぶ　規則の厳守 コミュニケーション	2 AM　みんなのチカラ歌① 「運動したいときに聞きたい歌は？」 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	3　チャレンジDAY(50P) AM　グループワーク① 「ドラえもんの秘密道具で欲しいものは？」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 PM13:00～　オンライン講座 「体スッキリ体操！」	4　チャレンジDAY(50P) 外出プログラム(終日) イオン銚子で 映画「名探偵コナン」を見よう♪ 団体行動　時間の厳守 公共交通機関 コミュニケーション　ストレス発散方法	5　チャレンジDAY(50P) AM　健康講座(パレットOB講座) 体調管理　障害や病気の自己理解 ★お昼　パレット流BBQ 団体行動　規則の厳守 コミュニケーション ストレス発散方法 	6　チャレンジDAY(50P) AM　フルーツあめ作り 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　座談会(色かるた) コミュニケーション　自分の気持ちを伝える
7	8 AM　プレゼン準備① 「好きなものを紹介しよう！」 自分の気持ちを伝える 就職に必要な知識や技術を学ぶ(資料作成) PM　英会話② 語学を学ぶ　規則の厳守　コミュニケーション	9 AM　ビジネススキル講座 「予定表作成」 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM　ウォーキング 体力作り　団体行動　ストレス発散方法	10 AM　ヘアメイク講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ(身だしなみ) PM	11 AM　美文字講座 相手が読みやすい文字を書く　集中力 PM　脳トレ 集中力 就職に必要な知識や技能を学ぶ(考える力)	12 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　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	13　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					
14	15 AM　PC基礎講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ PM　絵しりとり コミュニケーション　団体行動　規則の厳守 表現する力・伝える力	16 AM PM　健康体操② 体力作り　集中力　ストレス発散方法	17 AM　ビジネス講座① 「オフィスカジュアル(夏バージョン)」 就職に必要な知識や技能を学ぶ(身だしなみ) 規則の厳守 PM	18 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　プレゼン準備② 「好きなものを紹介しよう！」 自分の気持ちを伝える 就職に必要な知識や技術を学ぶ(資料作成)	19 AM　ウォーキング 体力作り　団体行動　ストレス発散方法 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能を学ぶ 規則の厳守	20 AM　引き換え(スタバ) PM　ダイヤモンドアート 手先の作業　集中力
21	22 AM　DIY 「デザインを考えよう！」 考える力　集中力　規則の厳守 PM　座談会② 「最近嬉しかったことは？」 コミュニケーション　自分の気持ちを伝える	23 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　プレゼン会 「好きなものを紹介しよう！」 自分の気持ちを伝える　規則の厳守	24 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	25 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能を学ぶ(伝える力) PM　ウォーキング 体力作り　団体行動　ストレス発散方法	26 AM　ビジネス講座② 「こんなときどうする？」 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM	27 AM　ヤンニョムチキン丼作り 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　ボブジテン(カタカナ禁止ゲーム)　コミュニケーション　規則の厳守 伝える力
	トライアルウィーク					
28	29 AM　引き換え(タイヨー) PM　ビジネス講座③ 「言葉の選び方」 就職に必要な知識や技術を学ぶ	30 AM　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 PM　グループワーク③ 「鬼滅の刃が人気なのは何故？」 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	31 AM　UNO コミュニケーション　ストレス発散方法 規則の厳守 PM　みんなのチカラ歌② 「最近ハマっている歌は？」 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

※4/20(木)までに、提出お願いします★
提出が遅れる場合は事前に職員へ声をかけてください！