

# 2023年11月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土
			1 AM 事業所内清掃 (ハロウィン片付け) 報告・連絡・相談 規則の厳守 団体行動 PM ビジネススキル講座 「社会人のルール」 就職に必要な知識や技術を学ぶ	2 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 「パレット紹介しよう」 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	3 AM PM うつ感情のトリセツ 体調管理 障害や病気の自己理解	4 AM 運動会準備① 手先の作業 規則の厳守 集中力 自分の気持ちを伝える PM ボードゲーム ストレス発散方法 考える力 コミュニケーション 規則の厳守
5	6 AM プレゼン準備① 相手に伝える内容を考える コミュニケーション 規則の厳守 集中力 PM 英会話① 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	7 AM PM 健康体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	8 AM 座談会 「わたしの好きなもの」 コミュニケーション 自分の気持ちを伝える 規則の厳守 ストレス発散方法 PM 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)	9 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 運動会準備② 手先の作業 規則の厳守 集中力	10 AM ハローワークツアー(前) 「検索機の使い方」 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM ハローワークツアー(後) 「検索機の使い方」 就職に必要な知識や技術を学ぶ	11 <b>カウンセリングDAY</b> 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						
12	13 AM ビジネススキル講座 「ネクタイの結び方」 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	14 AM 美文字講座 相手が読みやすい文字を書く 集中力 PM プレゼン準備② 相手に伝える内容を考える コミュニケーション 規則の厳守 集中力	15 AM 調理プログラム 「簡単！1人暮らしご飯」 	16 AM 運動会準備③ 手先の作業 規則の厳守 集中力 自分の気持ちを伝える PM PC基礎講座 就職に必要な知識や技能を学ぶ	17 AM PM ハローワーク主催 合同面接会(見学)	18 AM 引き換え(ローソン) PM みんなのチカラ歌① 「今聞きたい歌」 自分の気持ちを伝える ストレス発散方法
19	20 AM パレットOB講座 ～明日をちょっとだけ楽しく！ 思考のメモ～ PM 英会話② 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	21 AM PM 健康体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法	22 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	23 AM 運動会準備④ 手先の作業 規則の厳守 集中力 自分の気持ちを伝える PM ビジネス講座 「情報シートの作成」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 障害や病気の自己理解	24 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 プレゼン準備③ 相手に伝える内容を考える コミュニケーション 規則の厳守 集中力	25 ボランティア活動(仮) (課外活動) 
→ トライアルウィーク						
26 AM10:00~PM15:00 かみす福祉まつり	27 AM PM 運動会準備⑤ 手先の作業 規則の厳守 集中力 自分の気持ちを伝える	28  パレット運動会 コミュニケーション 団体行動 ストレス発散方法 規則の厳守	29 AM プレゼン準備④(完成) 相手に伝える内容を考える コミュニケーション 規則の厳守 集中力 PM みんなのチカラ歌② 「私のおすすめソング」 自分の気持ちを伝える ストレス発散方法	30 AM 引き換え(モンテヤマザキ) PM アンガーマネジメント 体調管理 障害や病気の自己理解	<b>お知らせ</b>	

- 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

※10/20(金)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!