

2024年1月 プログラム



様

日	月	火	水	木	金	土	
	1	2	3	4 チャレンジDAY(100P) AM 書き初め(新年の抱負) 相手が読みやすい文字を書く 集中力 PM カードゲーム 「Itto」 コミュニケーション ストレス発散方法 規則の厳守	5 AM お餅を食べよう!(調理) 報告・連絡・相談 規則の厳守 コミュニケーション 団体行動 PM パレットすごろく コミュニケーション ストレス発散方法 規則の厳守	6 AM PM みんなのチカラ歌① 「何かを始めたときに 聞きたい歌は？」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える	
7	8 AM ワークシート 「2023年を振り返ってみよう！」 自己理解 自分の気持ちを伝える PM ストレス感情のトリセツ 体調管理 障害や病気の自己理解	9 AM PM 健康体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	10 AM 座談会① 「年末年始何をして過ごした？」 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 学校じゃ教えてくれない! PM 社会人のルール 就職に必要な知識や技術を学ぶ	11 AM パソコン講座 「タイピング」 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM ビジネススキル講座 「印鑑の種類と押し方」 就職に必要な知識や技術を学ぶ	12 AM 防災訓練(事業所内) PM 防災ウォーキング 体力作り 団体行動 避難経路の確認	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 一般常識問題 就職に必要な知識や技術を学ぶ(考える力) コミュニケーション 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	16 AM 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)	17 AM パレット鍋(調理) 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 ★自己紹介シート作成① (項目決め) 就職に必要な知識や技術を学ぶ(伝える力)	18 AM メンタルの取説 体調管理 障害や病気の自己理解 PM ヨガ+メディテーション① 体力作り 集中力 ストレス発散方法	19 AM PM ビジネス講座 「こんなときどうする？」 就職に必要な知識や技術を学ぶ	20 AM 引き換え(ココス) PM 座談会② 「色かきた」 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	
21	22 チャレンジDAY(50P) AM ビジネススキル講座 「時間管理術」 就職に必要な知識や技術を学ぶ 規則の厳守 PM	23 パレット初詣 コミュニケーション 団体行動 規則の厳守 ストレス発散方法	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 ★自己紹介シート作成② (PC作成) 就職に必要な知識や技術を学ぶ PM ★自己紹介シート作成③ (PC作成⇒掲示まで) 就職に必要な知識や技術を学ぶ	26 AM 人間関係が上手くなる方法 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+メディテーション② 体力作り 集中力 ストレス発散方法	27 AM ハーバリウム ボールペン作り 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM UNO コミュニケーション ストレス発散方法 規則の厳守	
→ トライアルウィーク							
28	29 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 英会話② 語学を学ぶ 規則の厳守 コミュニケーション	30 AM みんなのチカラ歌② 「いま聞きたい歌は？」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える PM 健康体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法	31 AM 引き換え(ミスタードーナツ) PM グループワーク 「地図を作ろう」 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	<p>★1/12(金) 防災訓練(事業所内) 当日参加してくださいよう、よろしくお願いします。</p> <p>★1/23(火)終日 パレット初詣 当日のタイムスケジュールが決まりましたら、お知らせします！</p> <p>★1/17(水)・1/25(木) 連動プログラムです！</p>			<p>お知らせ</p>

- 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

※12/20(水)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!