

2024年 2月  
プログラムスケジュール

就労移行支援事業所パレット稲毛海岸  
TEL 043-305-5053 FAX 043-305-5054  
Mail info@palette-chiba.jp

時間	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
10:00~11:50 13:00~14:50				1 恵方巻買い出し 2日の準備 ヨガ・ストレッチ 心身をリフレッシュしましょう	2 恵方巻づくり 今年の方角は東北東 豆まきと清掃 福を呼び寄せましょう	3 コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える!
10:00~11:50 13:00~14:50	5 就職活動準備 就職に必要なスキルを学びます 外出プログラム会議 16日外出プログラムの企画	6 パレット座談会 テーマ「パレットに通って変わった点」 SST 他者と協力するトレーニング	7 色かるたで自己紹介 聞かせてください!あなたのことを	8 曼荼羅塗り絵 塗り絵で心をリフレッシュ コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える!	9 バレンタインデー買い出し 14日の準備 モルック フィンランド発祥のスポーツ競技	10 1人でできるマッサージ 小顔マッサージも実施
10:00~11:50 13:00~14:50	12 麻雀大会 建国記念の日 記念大会	13 コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える!	14 バレンタインデー(調理) 作るものはみんなで考えます!	15 挑戦者現る2024 利用者さんによるプレゼンです!	16 外出プログラム 行先はお楽しみ♪	17 そうだ足湯入ろう 温活!温泉をみんなで作ります
10:00~11:50 13:00~14:50	19 病識講座 障がいや病気について学びます	20 Web制作基礎 Wordpressでブログ制作	21 文章力を身に付けよう 文章を構成・書く講座	22 セルフケア 自己肯定感を育てよう☆ SST 他者と協力するトレーニング	23 運動プログラム 体育館にて実施	24 エクササイズの日 AM 楽しくユニークな運動を! PM 頭のエクササイズ
10:00~11:50 13:00~14:50	26 病識講座 障がいや病気について学びます 運動プログラム 体育館にて実施	27 ポスター作成 2月講座のポスターを作成 SST 他者と協力するトレーニング	28 自己分析ワーク 許せないことと許せること	29 書類作成/ちよこつとExcel講座 交通費請求書の作成 ギターで歌おう 皆で歌う楽しさを味わおう!		

※予定が変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。