








2024年 3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 palette.inagekaigan@gmail.com

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	3月1日（金）～8日（金）はその間に5日通所を目指すトライアルウィーク🌟 5日通所された方には9日（土）にご褒美ランチをプレゼント🎁					1
					パレット座談会 テーマ「自己肯定感を高めるには」 	2
					ワークワークショップ 見学説明会の準備 パレット見学・説明会	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	4	5	6	7	8	9
	就職活動準備 就職に必要なスキルを学びます	SST 他者と協力するトレーニング	色かるたで自己紹介 聞かせてください！あなたのことを	 ヨガ・ストレッチ 心身をリフレッシュしましょう	利用者さんご褒美デー 1～8日に5日通所でご褒美ランチ 来所プレゼントもあり	
10:00~11:50 13:00~14:50	11	12	13	14	15	16
	 モルック フィンランド発祥のスポーツ競技	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！	病識講座 障がいや病気について学びます	挑戦者現る2024 利用者さんによるプレゼンです！ SST 他者と協力するトレーニング	 ブラックホワイトデー Let's チョコレートフォンデュ	千葉県立美術館へ行こう アートで心と生活を豊かに
10:00~11:50 13:00~14:50	18	19	20	21	22	23
	Web制作基礎 Wordpressでブログ制作 	SST 他者と協力するトレーニング	 麻雀大会 春分の日 記念大会	ヨガ・ストレッチ 心身をリフレッシュしましょう	ポスター作成 3月講座のポスターを作成 	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	25	26	27	28	29	30
	セルフケア うつ予防①とリラクゼーション 運動プログラム 磯辺スポーツセンターにて	コミュニケーションゲーム 楽しく倫理的思考を鍛える！	病識講座 障がいや病気について学びます 自分の興味プレゼン 趣味や興味があることをプレゼン	 ギターで歌おう♪ 皆で歌う楽しさを味わおう！	 リズムミック 音とリズムのコミュニケーション	さくらを観る会（ウォーキング） 場所は幕張豊砂or千葉公園

※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。