

2025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						1 挑戦者現る 利用者さんによるプレゼン
13:00～14:50						映画鑑賞 2025年初の映画は何でしょう？
10:00～11:50	3 ポイント交換デー 2月の◎をアイテムと交換	4 コミュニケーションゲーム 楽しく論理的思考を鍛える！	5 セミナー準備 会場設営・清掃等 働きづらさ・生きづらさを感じる人向けセミナー	6 ヨガストレッチ 心身のリフレッシュ♡	7 病識プログラム座談会 障がいや病気について話し合おう	8 カフェ巡りウォーキング いい汗かいてティータイム
13:00～14:50						
10:00～11:50	10 就職活動準備 就職に必要なスキルを身に付けよう	11 SST 他者と協力するトレーニング	12 曼荼羅塗り絵 気持ちを整えましょう♡	13 コミュニケーションゲーム 楽しく論理的思考を鍛える！	14 ホワイトデー チョコ以外をちょこっと挑戦	15 FFP～SST～ 卒業生も一緒に🌸
13:00～14:50						
10:00～11:50	17 朝からカラオケ カラオケで発声練習	18 コミュニケーションゲーム 楽しく論理的思考を鍛える！	19 好きなものを話す会 自分について話をする機会です	20 健康体操 リズムに合わせた体操とストレス予防	21 ストレスについて話そう どんな時に感じ、どう解消してる？	22 パソコンスキルアップ パワーポイントを使おう
13:00～14:50						
10:00～11:50	24 病識プログラムクイズ 障がいや病気についてのクイズ	25 ポスター作成 4月講座のポスターを作成	26 とくだのエクササイズ 寒い冬を乗り切ろう！	27 ギターで歌おう 楽しく歌ってストレス発散！	28 トリセツ作り 得意・不得意を整理しよう	29 コンサートへ行こう！ 卒業生が参加するコンサートへ！
13:00～14:50						
10:00～11:50	31 頭のエクササイズ 楽しくユニークな頭の運動を！					
13:00～14:50						

※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。