

2025 3 March

就労移行支援・就労定着支援事業所

パレット市原
市役所前

全 公認心理師による 日程調整中のため
個別カウンセリング 決まり次第お知らせします



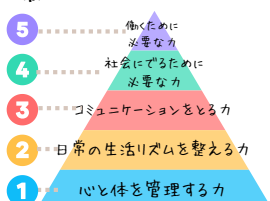
氏名

予定通所数

日

日	月	火	水	木	金	土
						1 DIYでモノづくり ♡♡♡♡
2 CLOSED	3 封入封かん ♡♡♡♡	4 PDCA 振り返りと目標設定 ♡♡♡♡	5 (オフィスコスト削減活動) スマートオフィス ♡♡♡♡	6 就労セミナーⅠ SSTソーシャル スキルトレーニング ♡♡♡♡	7 コミュニケーション 能力を高めるゲーム ♡♡♡♡	8 zoom zoomでクイズ アタック25 ♡♡♡♡
9 CLOSED	10 事業所見学会 就労セミナーⅡ ♡♡♡♡	11 やさしい 金融講座 ♡♡♡♡	12 パソコン講座 ♡♡♡♡	13 前日準備 (料理の買い出し) ZAA武道館で スポーツをしよう！ ♡♡♡♡	14 料理 ♡♡♡♡	15 カラダと 心がスッキリ！ 空手体操教室 ♡♡♡♡
16 CLOSED	17 ハローワークツアー ♡♡♡♡	18 ごみ拾い ボランティア 美文字 ♡♡♡♡	19 音楽のジカン ♡♡♡♡	20 就労セミナーⅠ ディベート ♡♡♡♡	21 コミュニケーション 能力を高めるゲーム ♡♡♡♡	22 篠宮方美先生の やさしいヨガ ♡♡♡♡
23 CLOSED	24 就労セミナーⅡ ♡♡♡♡	25 ウォーキング ♡♡♡♡	26 パソコン講座 ♡♡♡♡	27 石川侑理さんの カウンセリング講座 ♡♡♡♡	28 他己紹介 ♡♡♡♡	29 SSTソーシャル スキルトレーニング zoom イライラと 上手に付き合う アンガーマネジメント ♡♡♡♡
30 CLOSED	31 大掃除 ※大掃除参加者は 飲み物買いに行こう！ ♡♡♡♡					

職業準備性ピラミッド



職業準備性ピラミッドは、安定した仕事に就き長く続けるために必要なスキルや能力を段階的に積み重ねていくためのモデルです。このピラミッドの各段階をクリアすることで社会生活や仕事に必要な能力が身につく、より安定した就労へと繋がります。パレットではこのピラミッドの各段階に対応したプログラムを提供しており、参加者の皆さんがそれぞれのペースでスキルアップできるようサポートします。

- ・自分ができていることを知っている・自分の長所、短所を知っている
- ・就職に必要な知識や技能を学ぶ・実習に取り組む
- ・あいさつ、返事・身だしなみ・報告、連絡、相談・規則の厳守
- ・長時間仕事をするための体力・資格取得
- ・苦手な人への対応の仕方・団体行動・自分の気持ちを伝える
- ・感情のコントロール・注意されたときの謝罪
- ・基本的な生活リズム・移動能力（公共交通機関を使える）
- ・ストレス発散方法を見つける（休日の過ごし方）・お金の管理
- ・体力づくり(通所ができる)・体調管理・薬の管理
- ・食事をきちんと3食とる・障がいや病気の自己理解

