

2025年9月 プログラム



様

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|----|---|---|--|--|--|---|---|
| 7 | 1 AM ストレス感情のトリセツ 病識 自己理解 ストレス発散方法 感情のコントロール PM | 2 AM グループディスカッション① 「職員さんってこんな人」 相手の気持ちを考えながら伝える 自分の気持ちを伝える 規則の厳守 団体行動 相手の話を受け止める PM 体調改善体操① 体力作り 集中力 ストレス発散方法 | 3 AM ハロウィン準備① (ガーランド作り) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM 相手に伝える文字を 書いてみよう 相手の気持ちを考えながら伝える 集中力 | 4 AM *ビジネスプログラム 「来客対応」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分ができることを知っている 実習に取り組む PM | 5 AM 大人の語彙力 相手の気持ちを考えながら伝える 自分の気持ちを伝える 困っている時に助けを求める 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 | 6 ※土曜日通所チャレンジDAY AM ハロウィン準備② (ガーランド作り) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM みんなのチカラ歌① 「私のHappyソング♪」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める 規則の厳守 | |
| | 8 AM PM 英会話① 規則の厳守 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める | 9 AM ハロウィン準備③ (ガーランド作り) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM *ビジネスプログラム 「電話対応」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分ができることを知っている 実習に取り組む | 10 AM PM 感情との付き合い方 感情のコントロール | 11 AM ギターで歌おう♪ ストレス発散方法 集中力 PM SST① 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める ストレス発散方法 | 12 AM PM パソコン講座① 「Zoomの使い方」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分ができることを知っている 手先の作業 資格取得 | 13 ~カウンセリングDAY~ AM ハロウィン準備④ (ガーランド作り・完成) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM カードゲーム ストレス発散方法 規則の厳守 | |
| 14 | 15 AM *ビジネスプログラム 「来客対応」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分ができることを知っている 実習に取り組む PM みんなのチカラ歌② 「秋に聞きたい歌は？」 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める 規則の厳守 | 16 AM 怒らない伝え方 (アンガーマネジメント) 感情のコントロール 注意された時の謝罪 苦手な人への対応の仕方 病識 相手の気持ちを考えながら伝える PM | 17 AM ハロウィン準備⑤ (イラスト切り取り・掲示) 手先の作業 集中力 規則の厳守 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 | 18 AM 調理プログラム 「パレット流・モスバーガー」 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  | 19 AM ビジネスコミュニケーション 就職に必要な知識や技能を学ぶ 相手の気持ちを考えながら伝える 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める PM ★特別プログラム 講師：【社会福祉支援研究機構】 渡部さま | 20 AM 引き換え (銚子電鉄・ぬれ煎餅駅) PM 私のおすすめ動画 ストレス発散方法 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める 規則の厳守 | |
| 21 | 22 AM ハロウィン準備⑥ (イラスト切り取り・掲示) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM 英会話② 規則の厳守 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める | 23 AM PM 体調改善体操② 体力作り 集中力 ストレス発散方法 | 24 AM ハロウィン準備⑦ (イラスト切り取り・掲示・完成) 手先の作業 集中力 規則の厳守 PM パソコン講座② 「Teamsの使い方」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 資格取得 自分ができることを知っている 手先の作業 | 25 AM 心の容量(キャパ)が増える メンタルの取扱説明書 病識 自己理解 感情のコントロール PM グループディスカッション② 「職員さんってこんな人」 相手の気持ちを考えながら伝える 規則の厳守 自分の気持ちを伝える 団体行動 相手の話を受け止める | 26 AM PM *ビジネスプログラム 「電話対応」 就職に必要な知識や技能を学ぶ 自分ができることを知っている 実習に取り組む | 27 AM コミュニケーションゲーム 相手の話を受け止める 自分の気持ちを伝える ストレス発散方法 規則の厳守 PM SST② 自分の気持ちを伝える 相手の話を受け止める ストレス発散方法 | |
| 28 | 29 AM 引き換え (福み味・お弁当屋さん) PM サークル活動 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 | 30 ~外出プログラム~ そうだ！ 銚子イオンに行こう！ 報告・連絡・相談 団体行動 ストレス発散方法 お金の管理 移動能力  | お知らせ *9/4(木)・9/9(火)・9/15(月)・9/26(金) ビジネスに特化したプログラムです。 *9/19(金) 特別プログラムとして、外部より講師の方が来てくださいます！ *9/30(火) 外出プログラムの詳細は、決まり次第お知らせします！ | | | |  |

- 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

※8/22(金)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！