

2026年1月 プログラムスケジュール

見学体験受付中

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

※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。

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----------|--|--|--|--|--|--|
| | 29 | 30 | 31 | 1 | 2 | 3 |
| | | 12/30(火)～1/4(日)は年末年始のためお休みです | | | | |
| 4 休業日 | 5 10-11 読書タイム 読書を習慣化しよう 13-15 書初め 新年の抱負を筆で書こう | 6 10-12 コラージュ作成 切り貼りして表現 13-15 SST 他者と協力し合おう | 7 13-15 体調改善体操 座ったまま身体が整う | 8 11-12 美文字 丁寧な文字を書こう 13-15 ヨガ・ストレッチ 心身をほぐしましょう | 9 10-12 病識プログラム 神経発達症について④ 13-15 漢字検定 漢字検定に挑戦しよう | 10 10-12 ポイント交換 獲得ポイントでお買い物 |
| 11 休業日 | 12 10-11 大人の語彙力 伝え方を学ぼう 13-15 新春人生ゲーム ゲームでコミュニケーション | 13 13-15 発声朗読 声の調子でより伝えよう | 14 10-12 ビジネスマナー 基礎を学んで実践 13-15 色かるた 色に関するテーマトーク | 15 10-12 ウォーキング初詣 浅間神社で就職祈願 | 16 13-15 英語検定 英検3級に挑戦しよう | 17 10-12 ハンドメイド 好きな物を作ろう！ 13-15 SST（FFP） 他者と協力し合おう |
| 18 休業日 | 19 10-11 読書タイム 読書を習慣化しよう 13-15 企業研究グループワーク 企業情報を調べよう | 20 10-12 編み物体験 毛糸に親しもう 13-15 哲学対話 気軽に話し合おう | 21 13-15 体調改善体操 座ったまま身体が整う | 22 10-12 ビジネスコミュニケーション 職場で円滑な人間関係を 13-15 リズムクレッシン リズムでコミュニケーションを | 23 10-12 話し方・聴き方 思いやりを持った話し方 13-15 PCスキルアップ ポスター作成/Canva | 24 10-12 ぶらりカフェ散歩 知らない場所へ行ってみよう |
| 25 休業日 | 26 10-11 読書タイム 読書を習慣化しよう 13-15 データ入力 正確性・タイピング力UP | 27 13-15 SST 他者と協力し合おう | 28 13-15 アサーション 上手な断り方 | 29 10-12 ストレス感情の取り扱い ストレス対処について深めよう 13-15 ギターで歌おう 歌でコミュニケーションを | 30 10-12 病識プログラム 座談会 | 31 10-12 凧揚げ焼き たこ焼きを作ります |

●●●●●●○6色で分けたパレットで身に付けられるスキル & イベント

| | | | | | |
|-----------|--------------|---------------|--------------|-----------|----------|
| 心と体を管理する力 | 日常生活リズムを整える力 | コミュニケーションをとる力 | 社会にでるために必要な力 | 働くために必要な力 | お楽しみイベント |
|-----------|--------------|---------------|--------------|-----------|----------|