

見学体験受付中

就労移行支援事業所パレット稻毛海岸

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。

2026年 2月 プログラムスケジュール

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
1 休業日	2	3 10-12  豆まきと清掃 福を呼び寄せましょう	4	5 10-12  バレンタイン会議 作るものを考えます	6
		13-15 グループディスカッション 身になるパレットの訓練とは？	13-15 SST 他者と協力し合おう	13-15 体調改善体操 座ったまま身体が整う	13-15 ヨガ・ストレッチ 心身をリフレッシュ
8 休業日	9 10-12 セルフコントロール ストレスサインを探そう	10 13-14 バレンタイン準備 材料の買い出し	11	12 10-12  防災訓練 稲毛公園まで歩きます	13 10-12 見学体験会準備 会場セッティング
				13-15 SST 他者と協力し合おう	13-15 ポスター・デザイン ※見学体験会実施あり
15 休業日	16 10-12 漢字検定 漢字検定に挑戦しよう	17 13-15 哲学対話 気軽に話し合おう	18 13-15 体調改善体操 代謝UPを目指します	19 13-15 生活習慣改善プログラム 睡眠障害について①	20 10-12  編み物体験 毛糸に親しもう
					21 10-12 見学体験会準備 会場セッティング
22 休業日	23 10-11 運動プログラム ウォーキング	24 13-15 グループワーク 協力ゲームに挑戦	25 10-12 病識プログラム 統合失調症について	26 13-15 ギターで歌おう 歌でコミュニケーションを	27 13-15 PCスキルアップ ポスター作成/Canva
					28 10-11 午後のプログラム準備 午後のお菓子の買い出し
					13-15 好きなものを話す会 YouTube・漫画・推し何でもOK

● ● ● ● ○ 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	日常の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
-----------	---------------	---------------	--------------	-----------	----------