

2021年 10月 月間プログラム表

	月	火	水	木	金	土	
日付					1	2	
09:45～					作業訓練 施設外訓練		プログラム
11:00～					作業訓練	PC	
13:00～					リラクゼーション		
14:00～					リラクゼーション		
日付	4	5	6	7	8	9	
09:45～	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練		
11:00～	脳トレ	GW (身体をきれいにしよう)	SST	11:15～ 弁当販売	作業訓練	作業訓練 PC (やってみよう)	
13:00～	作業訓練	作業訓練 トイレ清掃	作業訓練 トイレ清掃	PC	作業訓練 トイレ清掃	リラクゼーション	
14:00～	読書の日	MCT	GW (セリフと表情は合ったもので)	ビジネスマナー		リラクゼーション	
日付	11	12	13	14	15	16	
09:45～	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練		
11:00～	GW (清潔な 服を着よう)	PC	面接練習 会講座	作業訓練	面接練習 会講座	作業訓練 PC	
13:00～	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 トイレ清掃	作業訓練	PC	GW (賃金・給与)	リラクゼーション	
14:00～	運動	がんじゅミーティング		ストレッチ		リラクゼーション	
日付	18	19	20	21	22	23	
09:45～	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練		
11:00～	脳トレ	PC	GW (しっかり食 べよう)	SST	11:15～ 弁当販売	作業訓練 作業訓練 PC	
13:00～	作業訓練	作業訓練 トイレ清掃	作業訓練		作業訓練 トイレ清掃	リラクゼーション	
14:00～	考え方のクセを 知ろう	癒しのマイリストを つくろう	働く女性 講座	働く男性 講座	GW (報告)	PC リラクゼーション	
日付	25	26	27	28	29	30	
09:45～	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練	作業訓練 施設外訓練		
11:00～	PC	GW (歯の健康 は身体の健 康)	GW (必要経費って!?)	SST	11:15～ 弁当販売	作業訓練 作業訓練 PC	
13:00～	作業訓練	作業訓練 トイレ清掃	GW (求人票を見てみよう)	リラクゼーション			
14:00～	企業研究 (オープン・クローズ)	MCT	月間振り返り 個人活動				

実践、経験系	作業訓練	簡単な軽作業を通じて、報道相のタイミングや仕事に関するコミュニケーションスキル、ビジネスマナーを実践的に身につけることを支えます。プログラム活動で知ったスキルを行動に移すことを練習できます。
	施設外就労	実際に運営されている店舗清掃などを通じて、挨拶や体力など、働く技術を磨きます。軽作業訓練よりもひとつ上の実践が体験できます。
	弁当販売	当ビル9階で運営する焼肉店とのコラボ作業です。接客を目指す方やより実践的なスキルを身につけたい方にお勧めです。
プログラム系	脳トレ アイスブレイク	心身の健康維持には、リフレッシュも大切です。訓練前に右脳を鍛えると、物覚えや理解力がアップすると言われていいます。訓練だけでなく、効果的に訓練を提供する工夫にも配慮しています。
	グループワーク	知っていることが増えれば、困ったときの対処法の幅が増えます。いろいろな価値観があることなども踏まえ、考え方や知識の幅を広げます。
	ビジネスマナー	実習時や就職後に役立つ、ビジネスマナーを身につけること支えます。挨拶の仕方や実習後のお礼状、面接時の具体的な対応など、求職活動に役立つプログラムです。
	働く女性講座 働く男性講座	訓練生も完全に男女に分かれて訓練します。男性の前では聞きにくい相談、女性の前では話しにくい相談など、みんなどうしてるの？という内容を話し合えるプログラムです。 例えば、男性なら臭いやハラスメントについて、女性なら月経やメイクについてなど。
	PC	タイピングからワード、エクセルの操作まで、データ入力訓練などPCスキルを身につけます。
	SST	苦手な対人場面を切り取って、自分もOK、相手にも不快に思われない対応を練習します。コミュニケーションスキルの幅が広がります。
	運動 ストレッチ	ストレッチよりも動きがある軽い運動です。心身の健康は長く働くコソのひとつです。安定して勤務し続けられる身体づくりを支えます。
自己理解	ワークシート	考え方のクセや性格傾向、求人検索時の優先順位など、自分への理解を深めるためのワークシート活動です。
	企業研究	障害者雇用をしている会社って近くでどこ？どんな仕事？どんな人財を求めている？などの情報や障害の伝え方など、企業への伝え方など自由なテーマで提供します。
面談	職業相談	職種や求職条件、ハローワーク登録や面接練習など職業に関する相談を受けます。
	MCT	メタ認知トレーニングと言います。メタ認知、自分の考え方のクセを知り、より適応的な思考を身につけるためのトレーニングで、プロジェクターを使ってゲームのような感覚で取り組むことができます。

※ プログラムの一部は内容が就労移行支援所属向け、自立訓練(生活訓練)向けに区別されていますが、参加に制限はありません。