

令和6年7月

就労移行支援事業所 アドライズplus蕨駅前センター プログラム

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)
<p>会話スキル</p> <p>伝達力を磨く</p>	<p>体力強化&リラックス</p> <p>無理なくできる ☆ヨガ☆</p>	<p>メンタル講座</p> <p>アサーティブ コミュニケーション</p>	<p>コミュニケーション</p> <p>★グループワーク★</p>	<p>生活</p> <p>異文化 コミュニケーション</p>	<p>余暇の時間</p> <p>休日など余暇の時間を 充実させよう！</p>
8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)
<p>体験講義</p> <p>認知の歪み</p>	<p>体力強化&リラックス</p> <p>無理なくできる ☆ヨガ☆</p>	<p>ハンドメイド</p> <p>石粉粘土①</p>	<p>メンタル講座</p> <p>自分に自信を持つ方法</p>	<p>ハンドメイド</p> <p>石粉粘土②</p>	<p>余暇の時間</p> <p>休日など余暇の時間を 充実させよう！</p>
15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)
	<p>体力強化&リラックス</p> <p>無理なくできる ☆ヨガ☆</p>	<p>メンタル講座</p> <p>レジリエンス</p>	<p>ビジネス</p> <p>ビジネス文書を 筆ペンで書こう ～暑中見舞い～</p>	<p>メンタル講座</p> <p>内観法</p>	<p>余暇の時間</p> <p>休日など余暇の時間を 充実させよう！</p>
22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)
<p>ハンドメイド</p> <p>レジンクラフト</p>	<p>会話スキル</p> <p>言語表現を鍛える</p>	<p>メンタル講座</p> <p>自己管理を続けるための コツ</p>	<p>体力強化&リラックス</p> <p>無理なくできる ☆ヨガ☆</p>	<p>コミュニケーション</p> <p>★グループワーク★</p>	<p>余暇の時間</p> <p>休日など余暇の時間を 充実させよう！</p>
29日(月)	30日(火)	31日(水)			
<p>月間の振り返り</p> <p>職員と面談して 目標達成度を確認</p>	<p>体力強化&リラックス</p> <p>無理なくできる ☆ヨガ☆</p>	<p>ビジネス</p> <p>電話対応ロープレ</p>			

※プログラムは3コマ目(13:00~13:50)に開催します。