



生活訓練11月のプログラム



曜日別	火 生活・余暇	水 食生活	木 就労準備・コミュニケーション	金 体力・健康	土 個人衛生
			1	2	3
午前	こまめに手洗い・うがいをして 風邪・インフルエンザ予防に 努めましょう。		仕事講座 (身だしなみについて)	大浦町散策	文化の日
午後			GUへ行こう！ (季節にあった服装)	園芸 個別活動	
	6	7	8	9	10
午前	買い物 金銭管理	料理教室	就労準備体験 (軽作業)	健康講座 (インフルエンザ予防)	脳トレ バランスゲーム
午後	絵を楽しもう 個別活動	食生活講座	ものづくり (折り紙)	バランスゲーム 個別活動	
	13	14	15	16	17
午前	買い物 金銭管理	料理教室	就労準備体験 (軽作業)	お菓子作り打ち合わせ	料理打ち合わせ
午後	散歩へ行こう 個別活動	食生活講座	ものづくり (折り紙)	指先を使おう！ (折り紙&切り絵)	
	20	21	22	23	24
午前	買い物 金銭管理	料理教室	就労準備体験 (軽作業)	勤労感謝の日	料理教室 (簡単レシピ)
午後	簡単ヨガ 個別活動	食生活講座	ものづくり (折り紙)		
	27	28	29	30	
午前	買い物 金銭管理	料理教室	就労準備体験 (軽作業)	お菓子作り教室	
午後	DVD鑑賞	食生活講座	自主活動	ストレッチ体操 個別活動	

<料理・お菓子作り教室>

☆『メニュー決め→レシピの確認→買い物→調理→後片付け→振り返り・感想』と一連の流れを持って取り組みます。

☆エプロンをご持参下さい。材料費は実費となります。

<生活・個人衛生・健康講座>

☆生活では…洗濯・掃除・買い物・金銭管理・対人・趣味など、生活全般について取り組みます。

(入浴は火・水・木・金 PM)

☆健康では…食生活の見直しや運動を通じて生活習慣の改善に取り組みます。

<ものづくり教室>

☆ものづくりでは…そうきん作り、折り紙等さまざまなことに取り組んでいます。

<仕事講座・コミュニケーション>

☆職場で求められる職業人としての態度や基礎的なコミュニケーションのスキルに取り組みます。

