



生活訓練 4月のプログラム



	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	4
午前		料理教室 (定食メニューを考えよう)	就労準備体験 (軽作業)	簡単ストレッチ 筋力トレーニング	手工芸
午後		食生活講座 (次週の献立決め)	ものづくり (雑巾づくり)	個別活動	
	7	8	9	10	11
午前	買い物 金銭管理	料理教室 (旬の食材を使おう)	就労準備体験 (軽作業)	こいのぼりの飾りを作ろう	手工芸
午後	個別活動	食生活講座 (次週の献立決め)	ものづくり (5月の飾り作り)	散歩 個人活動	
	14	15	16	17	18
午前	買い物 金銭管理	料理教室 (レトルト食品を使ってみよう)	就労準備体験 (軽作業)	お休み	手工芸
午後	個別活動	食生活講座 (料理打ち合わせ)	ものづくり (5月の飾り作り)		
	21	22	23	24	25
午前	買い物 金銭管理	料理教室 (レンジでできる料理)	仕事講座 (入浴について)	こいのぼりの飾りを作ろう	手工芸
午後	個別活動	食生活講座 (再来週の献立決め)	ものづくり (5月の飾り作り)	個別活動	
	28	29	30		
午前	買い物 金銭管理	昭和の日	就労準備体験 (軽作業)		
午後	個別活動		ものづくり (5月の飾り作り)		

<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…ぞうきん作り、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。
- 社会復帰施設みらい：多機能型事業所「ますますくらぶ」

